



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

FACULTAD DE ANTROPOLOGÍA

**Cultura alimentaria y significado simbólico en mujeres embarazadas:
el caso del Barrio de San Pedro, Almoloya de Juárez, México.**

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADA EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL

P R E S E N T A

VANESSA ENCINO ENGUANI

DIRECTORA DE TESIS: DRA. EN ED. ANGÉLICA GARCÍA BUSTOS

DIRECTOR ADJUNTO: DR. EN ED. FEDERICO ARZATE SALVADOR



TOLUCA, MÉXICO, ABRIL 2022.

ÍNDICE

Pág.

INTRODUCCIÓN	3
---------------------------	---

CAPÍTULO I

TEORÍA ANTROPOLÓGICA, CULTURA, ALIMENTACIÓN Y EMBARAZO

1.1 Antropología, cultura y alimentación.....	14
1.2 Antropología de la alimentación.....	19
1.3 Alimentación durante el embarazo.....	25
1.4 Antropología simbólica.....	30
1.5 Embarazo, alimentación y significado simbólico.....	32

CAPÍTULO II

ETNOGRAFÍA DEL BARRIO DE SAN PEDRO, ALMOLOYA DE JUÁREZ, MÉXICO

2.1 Localización, demografía y características físicas.....	38
2.2 Alimentación del Barrio de San Pedro.....	45
2.3 Servicios públicos, educación y salud.....	48
2.4 Organización social, política, económica y religiosa.....	52

CAPÍTULO III

CULTURA ALIMENTARIA Y SIGNIFICADO SIMBÓLICO EN MUJERES EMBARAZADAS DEL BARRIO DE SAN PEDRO, ALMOLOYA DE JUÁREZ MÉXICO

3.1 Tipo de alimentación.....	61
a) Alimentación antes del embarazo.....	65
b) Alimentación durante el embarazo.....	67
c) Alimentación después del embarazo.....	70

3.2	Significado simbólico de la alimentación durante el embarazo.....	71
3.3	Ritual y alimentación.....	75
3.4	Alimentos prohibidos durante y después del embarazo.....	77
3.5	Fragmentos de historia de vida de mujeres embarazadas.....	81

CAPÍTULO IV
CULTURA ALIMENTARIA, EMBARAZO Y SIGNIFICADO SIMBÓLICO: UN
ANÁLISIS ANTROPOLÓGICO

4.1	Alimentación y embarazo.....	88
4.2	Cultura y significado simbólico de la alimentación.....	91
4.3	Rituales alimentarios.....	94
4.4	El tabú en la alimentación.....	98

CONCLUSIONES.....	102
--------------------------	------------

BIBLIOGRAFÍA.....	108
--------------------------	------------

Anexos.....	118
--------------------	------------

INTRODUCCIÓN

Introducción.

En el presente trabajo se describirá y analizará la importancia de la alimentación durante el embarazo, así como su significado simbólico en mujeres que están en dicho proceso, o para quienes han vivido tal experiencia.

La necesidad de alimentarse que cada uno de los individuos tiene desde su propio contexto, ha sido una de las principales tareas de estudio y análisis de la antropología social o cultural, considerando que alimentarse es una necesidad primaria y que se satisface de acuerdo al tipo de sociedad en que los individuos se desarrollan, ello se hace de manera diferente, teniendo en cuenta que cada uno otorga un significado simbólico a los alimentos que consumen.

Un ejemplo de que el grupo social determina lo que cada individuo consume, es la prohibición que los judíos otorgan al consumo de carne de cerdo, o a los alimentos que no son elaborados por ellos mismos; ya que su cultura y religión determina que comer y el significado impuro para su cuerpo.

La idea de Radcliffe-Brown, señala que la obtención de los alimentos es la actividad social más importante, en el sentido de que es a través de los alimentos como se manifiestan los sentimientos. De acuerdo con lo que plantea Radcliffe-Brown, se debe considerar en ese sentido que se incluyen aspectos psicológicos, sociales, e incluso históricos. Es por ello que cada una de las personas obtiene sus alimentos conforme el medio se los proporciona, así también de acuerdo a lo que está establecido y permitido en el contexto social en el que vive, ya que cada uno de los grupos adopta rasgos establecidos de lo que es permisible, o no lo es (Rogelio 2012).

En ese sentido, la alimentación es un hecho social, cultural y fundamental en nuestra vida, por una parte, tiene un papel cultural en la socialización del ser humano y su relación con el medio que le rodea; por otra, es el proceso biológico por el cual obtenemos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita para vivir. Para la

presente investigación, destacaremos el proceso alimentario desde la perspectiva cultural estudiada en antropología social.

Para ejemplificar la importancia que la alimentación tiene en el cuerpo humano y en específico durante el proceso de embarazo, se muestra que según un estudio epidemiológico sobre el estado nutricional de las madres que sufrieron hambruna durante la Guerra en Europa en el siglo XX, afectó directamente a sus hijos nacidos en esa época, sufriendo enfermedades cardiovasculares, metabólicas y neurológicas (Sánchez 2015). Lo anterior, da cuenta de la importancia que el medio o contexto en el que el ser humano se desarrolla, influye en la selección de sus alimentos y en su propio crecimiento.

Otro ejemplo, es la alta prevalencia de problemas alimentarios y el bajo impacto de los programas alimentarios entre la etnia Wixarika en México, principalmente porque se ha ignorado la cosmovisión de este pueblo y la importancia de su alimentación durante la etapa de embarazo en las mujeres (Crocker 2024).

La importancia de las alternativas médicas durante la etapa de embarazo ha sido fundamental, aunque científicamente no se ha observado que se influya de manera determinante durante este proceso, por el contrario, la alternativa tradicional ha tenido y sigue teniendo un primer acercamiento para el tratamiento de varios padecimientos; en ese sentido se considera que las medicinas alternativas como la tradicional, han sido elementos culturales a lo largo de la historia que han permitido a la humanidad atender procesos de salud, enfermedad, prevención y atención del cuerpo humano, entre ellos el proceso de embarazo, como un proceso natural reproductivo en las mujeres.

En diversas sociedades las imposiciones dietéticas tradicionales han obligado a la mujer en estado de embarazo a satisfacer todos sus antojos, para evitar el peligro de aborto, dependiendo del contexto se le permite comer con moderación y con ello llegado el momento del parto, éste se facilite (Aguirre 1986). La alimentación es un hecho social, cultural y fundamental en nuestra vida, por una parte, tiene un papel

importantísimo en la socialización del ser humano y su relación con el medio que le rodea; por otra, es el proceso por el cual obtenemos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita para vivir.

Así como la antropología social se ha dado a la tarea de estudiar la alimentación en distintas culturas humanas y en distintos contextos, la alimentación humana también ha suscitado el interés de diversas disciplinas tanto biológicas, como sociales. La diversidad de expresiones culturales en que se manifiesta el hecho alimentario humano refleja a la vez su especificidad; en ese sentido desde la perspectiva social, la alimentación humana es un hecho social en el que intervienen representaciones provenientes de la cultura humana. En específico, la antropología de la alimentación, tiene la función de estudiar, explicar y analizar los diversos fenómenos sociales en el ámbito alimentario que se dan en la vida de los seres humanos, es así que para este trabajo se utilizarán los fundamentos de la antropología de la alimentación y de la antropología simbólica, como campos de estudio para la explicación del problema planteado.

De entre las múltiples y variadas actividades que realizan los grupos humanos para la reproducción cotidiana, los alimentos es quizá las más imprescindible de todas, pues comer supone en principio cubrir una necesidad primaria que es nutrirse (Adame 2012). Sin embargo, la parte cultural es importante al cubrir esa necesidad primaria, ya que permite explicar el modelo alimentario de los grupos humanos.

El embarazo también denominado periodo de gestación o gravidez, “es un proceso fisiológico que forma parte del ciclo de la vida del ser vivo, periodo que transcurre desde el momento de la fecundación y desarrollo completo del bebé en el vientre materno, con una durabilidad aproximadamente de 37 a 40 semanas hasta el alumbramiento durante el parto” (Villacreses 2020:9). A lo largo de este periodo se producen cambios significativos en la cavidad uterina y modificaciones pélvicas de la madre, proporcionándole un ambiente favorable para el adecuado desarrollo del bebé (Villacreses 2020).

La alimentación durante el periodo gestacional ocupa un rol sumamente importante, ya que aporta los requerimientos y nutrientes para satisfacer las necesidades del producto, durante su desarrollo y crecimiento en el vientre materno, además una alimentación equilibrada, junto con la suplementación de hierro, calcio y ácido fólico, ayudan a la reducción de molestias que se producen durante la gestación, así como a la prevención de problemas en la salud materno-neonatal (Villacreses 2020).

El significado simbólico de los alimentos durante esta etapa de gestación, adquiere un marcado carácter racional, interpretado como el medio en el que se vive, permite traducirlo de manera adecuada a un plano de expresión mental por parte de quien así lo representa; es decir, la acción irradia a través de la expresión, es un puente entre el mundo racional y el mundo místico (Lotman 2002).

Sin embargo, la naturaleza del símbolo, visto desde ese punto de vista, es dual. De un lado, al atravesar los estratos de la cultura, el símbolo se realiza en su esencia invariante. En este aspecto podemos observar su repetibilidad. El símbolo ingresará como algo disímil al espacio textual que lo rodea, como mensajero de otras épocas culturales o de otras culturas, como recordación de antiguos o eternos fundamentos de la cultura (Lotman 2002). El símbolo se correlaciona activamente con el contexto cultural, se transforma bajo su influencia, pero también lo somete a transformación.

En México las mujeres embarazadas se han considerado vulnerables con respecto a la mala alimentación y por no programar sus embarazos (Langer 2002), iniciándolos con reservas inadecuadas de nutrimentos como hierro y calcio (Banquera 1999), pudiendo desarrollar problemas de nutrición maternos y fetales en mayor frecuencia y severidad. De este modo, es necesario el apoyo de instituciones sociales que faciliten la reducción de la anemia nutricional y la promoción de conductas, que no afecten la alimentación con relación a la dieta familiar (Gil 2013), respetando sus creencias y significados con relación a los alimentos, ello con la finalidad de lograr un mayor apego a una alimentación que permita llevar un embarazo saludable y así mejorar su pronóstico; lo anterior

contribuiría a reducir el gasto familiar destinado al control de afecciones como la diabetes, hipertensión y otras complicaciones durante la gestación y parto.

Los estudios de alimentación y cultura realizados en España, no pueden desligarse de la evolución – y del auge – que este campo de estudio ha tenido en el ámbito internacional (Gracia 1996). El estudio sobre la selección de alimentos en diferentes países, regiones o culturas, suele tener diferentes características y significados. Por ejemplo, los americanos comen más carne roja que otros países, los japoneses consumen más pescado y arroz. El arroz y los frijoles son alimentos típicos de la dieta en países latinoamericanos, mientras que las lentejas y el pan de pita son típicos en Oriente Medio. Esto, se halla estrechamente relacionado con la cultura culinaria en cada país o región. Incluso el hecho de relacionar la dieta con la aparición de enfermedades agudas y crónicas, ha ocasionado cambios constantes en los hábitos dietéticos. Se cree que esta podría ser la base de las restricciones alimentarias en algunas religiones (Vilaplana 2011: 2-3).

El interés por probar nuevos alimentos y sumarlos a las dietas cotidianas, ha ido incursionando hasta en las culturas más conservadoras, aún así que los hábitos alimentarios se encuentren arraigados, ello ha propiciado una combinación entre alimentos de origen natural o tradicional, con alimentos procesados o industrializados; por lo que la dieta de las mujeres en todo el mundo, vive este proceso de sincretismo alimentario. Lo anterior, ha influido notoriamente en el proceso de gestación, del parto y nacimiento.

Lo anterior da cuenta de los cambios que los sistemas de alimentación están sufriendo en todo el mundo. De acuerdo con Messer, los sistemas alimentarios representan la interrelación de todos los aspectos alimentarios, desde la producción hasta el consumo; la ecología de la producción alimentaria y la comercialización; la clasificación de los alimentos y las reglas sociales de su distribución; las consecuencias nutricionales y sanitarias, así como los contextos políticos de las estrategias de producción y consumo alimentarios (1984).

Los sistemas alimentarios configuran dietas culturalmente establecidas, de modo que las sociedades y los individuos adquieren las cantidades y combinaciones de nutrientes correctas para satisfacer sus necesidades nutricias esenciales, de acuerdo al conocimiento cultural transmitido. En ese sentido, el significado otorgado a los alimentos, así como la prohibición de éstos, depende totalmente de un aspecto cultural, más que biológico.

Lo anterior, me llevó a cuestionarme lo siguiente: *¿qué se consume durante el embarazo?, ¿existen alimentos prohibidos durante esta etapa?, ¿qué significado simbólico tiene el consumo de los alimentos en esta etapa de la vida de las mujeres?*

Ante lo expuesto, el interés de este trabajo se respaldó bajo la siguiente pregunta de investigación: ***¿Qué alimentos consumen las mujeres durante el embarazo y cuál es el significado simbólico que le otorgan a esos alimentos, en el barrio de San Pedro, Almoloya de Juárez, México?***

El presente trabajo se llevó a cabo en el barrio de San Pedro, en el municipio de Almoloya de Juárez, Estado de México, con un grupo de mujeres que estaban en etapa de embarazo o pasaron por un embarazo.

El describir la cultura alimentaria desde la perspectiva antropológica fue importante, porque permitió explicar cómo la población se organiza socialmente, así cómo llevan a cabo sus diferentes roles familiares para la obtención, preparación y consumo de los alimentos.

A través de este fenómeno, me interesó estudiar la cultura alimentaria durante el embarazo, el significado simbólico y el complejo ritual que acompaña el consumo de alimentos. Esto permitió entender la cosmovisión de los individuos y cómo se comportan en sociedad, atribuyendo así la importancia de su cultura para ellos y para mí como analista social.

En el caso de la comunidad fue relevante dar a conocer las prácticas sociales y culturales propias, así como los rituales que se practican en el lugar para la obtención de los alimentos. De esa manera, se concluyó señalando la importancia para la comunidad, que las mujeres embarazadas sigan practicando y/o restringiendo alimentos, debido a que es una etapa de cuidado tanto para las mujeres como para sus familias. Al realizar este trabajo, me permití dar cuenta de que las personas deberán concientizar su dieta diaria, como un resultado de sus costumbres y tradiciones alimentarias.

Con base en lo anterior, el **objetivo general** de la investigación consistió en:

Analizar la cultura alimentaria y su significado simbólico en mujeres embarazadas o que han estado embarazadas, en el Barrio de San Pedro, municipio de Almoloya de Juárez, México.

Se plantearon cuatro **objetivos específicos** que son los siguientes:

- 1- Realizar el análisis teórico de conceptos, definiciones y teorías relacionadas con la cultura alimentaria y su significado simbólico durante la etapa de embarazo.
- 2- Elaborar la etnografía del barrio de San Pedro, en el municipio de Almoloya de Juárez, México.
- 3- Describir la cultura alimentaria de las mujeres durante el embarazo y su significado simbólico en el barrio de San Pedro, Almoloya de Juárez, México.
- 4- Analizar la importancia de la cultura alimentaria de las mujeres durante el embarazo, así como su significado simbólico en el barrio de San Pedro, Almoloya de Juárez, México.

La **hipótesis** planteada para responder el problema de la investigación fue la siguiente:

Las mujeres durante el embarazo en el barrio de San Pedro en Almoloya de Juárez, México, consumen alimentos de acuerdo a lo que dicta su cultura y su contexto familiar, lo cual para ellas y sus familias tiene un significado simbólico que rige su forma de alimentarse y su conducta; ese patrón se transmite y hereda de generación en generación.

La investigación se sustentó teóricamente a partir de dos subdisciplinas de la antropología social, que son antropología de la alimentación y antropología simbólica, dos pilares que contribuyeron a respaldar la explicación, el análisis teórico y posteriormente el análisis entre la teoría y el trabajo de campo. En ese sentido, los resultados de la investigación permitieron visualizar la diversidad de la cultura alimentaria y su significado en las mujeres durante la etapa de embarazo, coincidiendo así con los diversos autores que establecen la influencia cultural, como un determinante para decidir la forma o el estilo alimentario de los seres humanos.

Entre los autores, se menciona la postura de aquellos que han destacado en estudios sobre alimentación desde la perspectiva cultural, como el caso de Luis Alberto Vargas (2006), Igor de Garine (2016), Marvin Harris (1998) y Miriam Bertrán (2010), entre otros. Desde la postura de la antropología simbólica, la investigación encuadró con las ideas de Claude Lévi Strauss (1974, 1995, 1998), Marcel Mauss y Mary Douglas (1966), entre otros; por lo que desde este encuadre teórico, se generó un análisis entre la alimentación y su significado simbólico durante el embarazo.

La metodología de la investigación consistió en el uso de métodos, técnicas y herramientas antropológicas. De los métodos, se usó el método etnográfico para realizar la descripción del barrio de San Pedro y la descripción del problema de la investigación; también se usó de manera simple el método histórico, al realizar una breve reseña histórica de la alimentación en el lugar, con la intención de

contextualizar el problema de la investigación. Las técnicas usadas fueron la observación directa e indirecta, la encuesta dirigida primeramente a 38 mujeres en estado de embarazo o que han estado embarazadas, de ahí derivó la entrevista dirigida a siete mujeres y la idea de elaborar fragmentos de historia de vida de su etapa de embarazo; lo que ayudó a comprender de manera particular su cultura alimentaria y su significado simbólico. Con respecto a las herramientas se usó un cuestionario para encuestar, una guía o cédula de entrevista y el uso de la libreta y el diario de campo para el registro de lo observado, se usó cámara fotográfica para la obtención de las fotografías, así como la grabadora de voz para grabar las entrevistas. El cuestionario y la guía de entrevista, son incluidas en los anexos.

La tesis se encuentra estructurada en cuatro capítulos:

El capítulo I contiene el análisis teórico, los argumentos, conceptos, definiciones relacionadas al problema de investigación, lo cual permitió discutir y analizar en torno al tema investigado.

El capítulo II describe a través del método etnográfico, el barrio de San Pedro, ubicado en el municipio de Almoloya de Juárez México, lo anterior permitió contextualizar el lugar en el que se realizó la investigación.

El capítulo III describe la alimentación de las mujeres encuestadas y entrevistadas, así como el significado simbólico de su patrón alimentario.

Por último en el capítulo IV, se realiza un análisis en torno al problema de la investigación. Finalmente se presenta las conclusiones, los referentes bibliográficos que fueron usados en este trabajo y los anexos.

Capítulo I
TEORÍA ANTROPOLÓGICA,
CULTURA, ALIMENTACIÓN
Y EMBARAZO

1.1 Antropología, cultura y alimentación

Como punto de partida, comenzaremos definiendo y contextualizando el tema de investigación a partir la postura de la antropología social como ciencia que estudia al ser humano, ello desde diferentes visiones teóricas de los autores.

Desde la perspectiva de Claude Lévi-Strauss “La antropología social ha nacido del descubrimiento de que todos los aspectos de la vida social —económico, técnico, político, jurídico, estético, religioso— constituyen un conjunto significativo, siendo imposible comprender cualquiera de estos aspectos si no se lo coloca en medio de los demás” La antropología social tiende, pues, a ir del todo a las partes, o por lo menos a otorgar prioridad lógica al primero sobre las segundas (Baños 2014: 95).

Además es importante mencionar el nacimiento de la antropología, que surgió en un contexto de dominación colonial como una disciplina eurocéntrica abocada a "comprender a los “otros” lejanos y distantes. En muchos casos, “El etnocentrismo como su gesto fundante, hizo de esta diferencia una matriz conceptual que presentaba a los “otros” desde un presente etnográfico anclado en un exotismo incomprensible, algunas veces irracional y en ocasiones intraducible” (Restrepo 2018: 11).

El presente trabajo se llevó a cabo mediante el método por excelencia que ocupa la antropología para llevar a cabo sus investigaciones: “*La etnografía*, se deriva de las raíces griegas ethnos (pueblo, gente) y grapho (escritura, descripción); por lo que etimológicamente etnografía significaría una escritura o descripción de los pueblos o gentes” (Restrepo 2018: 23); desde esta postura es posible recopilar la información suficiente.

De acuerdo a las posturas de los diferentes autores se ha mencionado que la antropología es la ciencia que estudia al ser humano en su contexto social. Por lo que es importante analizar ese contexto y el desarrollo de su cultura para entender a cada una de las sociedades. Es sabido que los grupos humanos culturalmente

buscan satisfacer la necesidad de alimento con lo que encuentran a su alrededor, en ese sentido:

...los alimentos son mezclas constituidas principalmente por un nutrimento, un alimento es indispensable por considerar su valor nutritivo, como su valor psicosocio-cultural y económico; es decir, su significado psico-social satisface los gustos de consumidores y el precio de los alimentos en sí mismo. Alimento es un producto en estado natural o elaborado que el hombre come, mastica o bebe, para satisfacer sus necesidades nutritivas o por placer. Pueden considerarse alimentos las materias que, empleadas del modo debido forman parte integrante y duradera de un producto alimenticio (Recalde1970:47).

En ese sentido y siguiendo a Max Weber, considera al hombre como un animal inserto en tramas de significación que él mismo ha tejido, considera que la cultura es esa urdimbre y que el análisis de la cultura ha de ser, por lo tanto, no una ciencia experimental en busca de leyes, sino una ciencia interpretativa en busca de significaciones. Ante ello, nos damos cuenta que se busca la explicación, interpretando expresiones sociales que son enigmáticas en su superficie (Gertz 1992)

A propósito de la definición de cultura, coincido con las palabras citadas por Luis Alberto Vargas, que denomina cultura al:

Conjunto de creencias y conceptos creados por los grupos humanos e interiorizados por cada uno de sus integrantes mediante el lenguaje; estos elementos se manifiestan, tanto en su forma ideológica como material, por medio del comportamiento de los individuos, en correspondencia con los sentimientos y emociones de cada uno de ellos, así como con la estructura y funcionamiento de la sociedad. La cultura es el agente regulador de las acciones de cada miembro del grupo, que se expresa a través de su manera de vivir individual y colectiva, enmarcada en el espacio y tiempo histórico

concretos, que explica y justifica el universo real e imaginario (Vargas 2006: 1)

La cultura es el momento autocrítico de la reproducción que un grupo humano determinado, en una circunstancia histórica determinada, hace que su singularidad concreta autodetermine a los individuos, pues es el momento dialéctico del cultivo de su identidad. Es por ello que es coextensiva a la vida humana, es decir se trata de una dimensión de la misma; una dimensión que solo se hace especialmente visible como tal cuando, en esa reproducción, se destaca la relación conflictiva (de sujeción y resistencia) que mantiene como uso, que es de una versión particular subcodificada del código general del comportamiento humano (Echeverría 2011).

Siguiendo con la definición de cultura y según Marvin Harris, dice que la cultura es: “el conjunto aprendido de tradiciones y estilos de vida, socialmente adquiridos, de los miembros de una sociedad, incluyendo sus modos pautados y repetitivos de pensar, sentir y actuar, es decir, su conducta” (Harris 1998: 19). Ello nos indica que la cultura es todo lo que el hombre aprende a lo largo de su vida, lo cual lo motivará a desarrollarse con sus semejantes de manera similar, aprendiendo y transmitiendo el conocimiento.

El hombre como tal, es producto no únicamente de su realidad biológica, sino también del medio que le rodea, del grupo del que forma parte y del conocimiento, técnicas, formas de conducta y organización, e ideas y creencias que haya sido capaz de acumular a través de su historia” (Shoko 1994:401). Así es como podemos comprender que los seres humanos son seres biológicos, sin embargo, para los antropólogos es importante describir y destacar no tanto lo biológico, sino el aspecto cultural.

Debido a que la cultura es consecuencia del devenir histórico de los pueblos, de su ubicación eco geografía y de las estructuras que la integran, está claro que las sociedades están representadas con simbolismos que las construyen, tal es el caso de las prácticas alimentarias que se verifican entre las mujeres embarazadas en

Tzisco, las cuales tienen, cierta homogeneidad generada precisamente por el cúmulo de saberes que como pueblo han venido construyendo y transmitiendo, por la accesibilidad a cierto tipo de alimentos, propiciada por el entorno ambiental y por las estructuras de un sistema médico local, que otorga amplia responsabilidad a las parteras. Pero, a la vez, presenta ciertas diferencias y distinciones en función del acceso desigual a nuevas redes de mercado y de injerencia de programas bajo responsabilidad del Estado (Magallanes 2005).

En la actualidad, las tensiones culturales derivadas de los procesos de tradición y modernidad, en el contexto de la reproducción humana, confluyen en un nuevo fenómeno sociopolítico y cultural, la interculturalidad en salud, concebida como la posibilidad de un diálogo democrático, o trato igualitario, entre los sistemas de salud tradicional-indígena y la biomedicina (Alarcón 2004). Además de analizar que dentro de las culturas, existe una serie de mitos que otorgan mayor valor simbólico a los actos que repercuten en la sociedad.

Se comprende así entonces, que la cultura y las prácticas culturales, son sistemas de significaciones que se encuentran encarnados en símbolos, ante ello es que:

Los símbolos manifiestos constituyen la vía de mediación obligada para alcanzar los significados de la cultura, los símbolos son entidades significantes. Por ello, se entiende que son un conjunto de operaciones inferenciales que articulan una interpretación plausible a partir de datos (observaciones, testimonios, narrativas, documentos visuales, relatos, etc.). Este conjunto de operaciones se articula a partir del contexto que la cultura local provee (Reynoso 1987: 14).

Así entonces, reconozcamos que el estudio de los mitos como símbolos, nos conduce a comprobaciones contradictorias. En ese sentido, “en un mito todo puede suceder; parecería que la sucesión de los acontecimientos no está subordinada a ninguna regla de lógica o de continuidad. Un mito se refiere siempre a

acontecimientos pasados antes de la creación del mundo o durante las primeras edades, o en todo caso, hace mucho tiempo” (Lévi-Strauss 1974: 230,231).

Entonces, para entender la definición de mito, Claude Levi Strauss determina tres elementos importantes que amplían el criterio y comprensión de los mismos:

1-Si los mitos tienen un sentido, éste no puede depender de los elementos aislados que entran en su composición, sino de la manera en que estos elementos se encuentran combinados; 2-El mito pertenece al orden del lenguaje, del cual forma parte integrante; con todo, el lenguaje, tal como se utiliza en el mito, manifiesta propiedades específicas y 3-Estas propiedades sólo pueden ser buscadas por encima del nivel habitual de la expresión lingüística; dicho de otra manera, son de naturaleza más compleja que aquellas que se encuentran en una expresión lingüística cualquiera (1995: 233).

Los mitos, son universales y son una manifestación importante de la cultura, ya que se aprenden y se transmiten generacionalmente. En ese entendido, la cultura es un sistema simbólico de comunicación construido por las sociedades en un tiempo y un espacio determinado, se encuentra en constante dinamismo, lo que permite acercarnos al mundo contemporáneo y hacer una lectura de como las sociedades o grupos de hoy, están permanentemente construyendo sistemas de comunicación a través de diversos símbolos, que son el producto de una historia de permanente cambio, son una memoria de su vida. Ante ello y por medio de la cultura, “cada sociedad define su propia manera de ser, de tener su identidad, pero en el mundo contemporáneo y dentro de la visión del sistema mundial, los procesos interculturales se dan con cierta frecuencia y diversidad, lo que permite la construcción permanente de nuevas culturas o la rearticulación de las ya existentes” (Delgado 2000: 102).

En este sentido la relación que se tiene con el mito, puede analizarse desde los símbolos que encontramos en el embarazo; tales como cuando las mujeres se colocan seguros de metal sobre la prenda de ropa en el vientre, simulando una cruz como un símbolo de protección para el bebé, ya que cuando hay algún fenómeno lunar puede ocasionar daños físicos; estas acciones en la comunidad son denominadas “carcomido”, también están presentes las creencias acerca de no atravesar a los perros, porque el parto puede ser doloroso y tardado.

A propósito de las definiciones dadas en cuanto a la cultura, es importante analizar que cada sociedad manifiesta diferentes pautas de comportamiento y éstas deben ser analizadas desde un punto objetivo y particular. En cuanto a la alimentación, es importante mencionar que la antropología como ciencia social, se ha encargado de estudiar la alimentación entorno a la cultura particular de cada grupo humano, por tanto, la alimentación desde esta perspectiva se visualiza como un hecho biológico, pero sobretodo un hecho cultural.

Así entonces y coincidiendo con Igor De Garine, la alimentación es “un campo de estudio que se sitúa entre los límites de la naturaleza y de la cultura” (2016: 71).

Por consiguiente y con respecto a lo anterior, podemos decir que la alimentación es un elemento esencial que forma parte de la vida del ser humano, además de que se encuentra estructurado con una base cultural, al incluir el proceso particular de elección, compra, preparación e ingesta, también en ese proceso influye la transmisión cultural y el medio o contexto que rodea al ser humano.

1.2 Antropología de la alimentación

El propósito principal de este apartado es explicar el estudio de la antropología de la alimentación, ello de acuerdo a los puntos de vista de los diferentes autores.

En ese sentido y desde la orientación antropológica, “la alimentación corresponde a la satisfacción de una necesidad primaria del hombre: su nutrición, es vital, pero refleja también sistemas de significación de alto nivel que están estrechamente vinculados a un sistema simbólico más amplio que opera dentro la cultura” (De Garine 2016: 73).

Así entonces, la antropología de la alimentación es una rama o subdisciplina de la antropología, con un notable desarrollo en las últimas décadas, pero sobre todo ha destacado por el interés que antropólogos, científicos sociales y nutriólogos han mostrado al aproximarse de manera multidisciplinaria y pluridisciplinaria en asuntos relacionados a la alimentación y la nutrición (Pérez 2020). Me parece que en este caso, es de suma importancia señalar que la antropología, ha destacado principalmente por el papel que cumple al estudiar la forma o manera, en la que los grupos humanos se alimentan.

Los elementos o factores involucrados en el hecho alimentario, conforman lo que se conoce como un sistema alimentario, en ese tenor George Armelagos, señala que “el sistema alimentario de un grupo humano está constituido por diversos elementos que tienen que ver principalmente con la tecnología, es decir, las formas de extraer los recursos del medio, la organización social para hacerlo y la ideología relacionada con la comida” (1997: 108).

Así entonces, la antropología de la alimentación como refieren los autores a lo largo de su estudio, analiza el ciclo de alimentación del ser humano, con la finalidad de explicar y entender el entorno que lo rodea. En ese sentido, la antropología ofrece la posibilidad de estudiar la alimentación en su dimensión sociocultural, ya que como cualquier actividad humana, se encuentra determinada por las características particulares de las poblaciones (Bertrán 2010).

Desde 1932, momento en que Audrey Richards publicaba sus primeras obras sobre los Bemba, y luego, en pleno apogeo de la Segunda Guerra Mundial, en 1941, Margaret Mead creaba el Comité para el Estudio de los hábitos alimentarios; desde entonces, la antropología de la alimentación se ha convertido en un área de investigación con un desarrollo importante en México y en el mundo (De Garine 2016). De este modo y con el estudio del fenómeno cultural complejo, podemos decir que:

....la antropología se ha acercado al estudio de la alimentación desde principios del siglo XX, a partir de varias perspectivas teóricas, a veces como un punto central de los estudios antropológicos, a veces como parte del análisis de otros fenómenos. En el caso de México, los inicios de los estudios antropológicos sobre la alimentación nos remite a las crónicas de Fray Bernardino de Sahagún, quien en la Historia General de las Cosas de la Nueva España, realiza una descripción detallada de las costumbres y la religión de los indios antes de la llegada de los españoles, incluyendo las formas de producción y consumo de los alimentos, a partir del uso de la observación directa. También es importante destacar los relatos de los viajeros del siglo XIX, en los que muestran a detalle la vida cotidiana y como parte de ella, las formas de preparación y consumo de alimentos en México (Bertrán 2010: 388).

Del mismo modo, el estudio de la alimentación desde la perspectiva social y cultural es un marcador que se estudia para mostrar la pertenencia a cierto sector de la población, como el caso de los grupos indígenas de México que para integrarse a la sociedad cambian su comida tradicional por alimentos industrializados. Los valores y significados que se atribuyen a los alimentos están relacionados también con el sistema de creencias religiosas, con la percepción de los mensajes publicitarios o de salud, que en la actualidad están presentes en todos los medios de comunicación (Bertrán 2006).

Para Igor De Garine y Ricardo Ávila; la alimentación construye uno de los pocos terrenos que el fenómeno, a la vez relevante para las ciencias biológicas y para las humanas, concierne tanto a la naturaleza como a la cultura, en ese sentido mencionan que “el consumo alimentario actúa sobre niveles de nutrición; éstos afectan al consumo energético y el nivel de las actividades de los individuos que constituyen una sociedad, los que a su vez influyen tanto en la cultura material, como en los sistemas simbólicos que la caracterizan, sin olvidar que estos diferentes términos se encuentran en reciprocidad de perspectiva” (2016: 92).

De acuerdo con los autores mencionados, cabe resaltar que evidentemente las restricciones económicas, la disponibilidad y accesibilidad a los alimentos desempeñan un papel importante en el estudio de la alimentación desde la perspectiva social y cultural. En esta investigación, factores como la economía, la disponibilidad y accesibilidad a los alimentos, podrían estar determinando el estado de embarazo de las mujeres con las que se trabajó.

En ese mismo sentido, coincido con la idea de Ana Beatriz Magallanes, Fernando Limón Aguirre y Ramfis Ayús Reyes, en señalar que “para muchos hombres y mujeres del mundo, la alimentación es algo que trasciende las fronteras biológicas del ser humano; es algo que involucra no sólo el cuerpo, sino también el alma de las personas, su estado de ánimo y, en general, todo su ser” (1995: 137). En ese tenor por ejemplo, a través de la antropología de la alimentación, se analiza la manera en que la cultura influye y determina la alimentación de las mujeres en estado de embarazo.

Con respecto a la alimentación y los nutrientes necesarios durante esa etapa de embarazo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda la suplementación diaria con hierro, como parte de los cuidados estándar en la población con riesgo de deficiencia en hierro, que sería el caso de mujeres que se encuentren en ese estado (2020: 140).

Por su parte Ramiro Delgado, considera que mediante la mezcla de sabores, olores, colores, texturas, sonidos y pensamientos que se encuentran en los diversos universos de la comida; al respecto señala que “cada grupo humano construye fuertes relaciones sociales y simbólicas, en cada bocado de la comida vivimos a diario nuestra doble condición de seres culturales y biológicos. Cada sociedad ha codificado el mundo de los sentimientos desde su propia mirada y su propia racionalidad, por lo que en el comer están presentes las particularidades de un grupo humano” (2000: 83).

Así entonces, desde la antropología de la alimentación es fundamental analizar las prácticas alimentarias que llevan a cabo los individuos, desde lo biológico, pero principalmente enfatizando la perspectiva cultural.

La alimentación por tanto, constituye precisamente un campo donde subsiste una relativa discontinuidad entre los dos ámbitos (el biológico y el cultural); al respecto Igor de Garine y Ricardo Ávila señalan lo siguiente: “sabemos que en el hombre existen mecanismos internos de regulación de la alimentación que tienden a mantener ciertos equilibrios en el organismo y que a menudo fallan” (2016: 31).

Para Fabiola Susana Jiménez, “las prácticas alimentarias se refieren al ejercicio de un arte o facultad y la destreza que se adquiere con dicho ejercicio, es decir, el uso continuado de algo, como por ejemplo de un tipo de alimentación” (2005: 2-3). Así pues, la producción, la distribución y el consumo de los alimentos se insertan en una serie de complejos procesos ecológicos, económicos, políticos y sociales que debemos tener en cuenta para comprender la dinámica y la lógica de los comportamientos alimentarios. “En efecto, la producción de alimentos está estrechamente vinculado con los procesos adaptativos de las diferentes sociedades, en función de sus particularidades, condiciones de existencia variable, por otra parte, en el espacio y tiempo” (Gracia 1998: 225).

De acuerdo con Miriam Bertrán, “la alimentación es un fenómeno complejo en tanto que si bien cubre una necesidad biológica, no todos los grupos humanos la llevan a cabo del mismo modo. Los estudiosos sobre el tema coinciden en señalar que el hecho alimentario es tan complejo, como la sociedad misma, y está determinado por una diversidad de factores sociales, culturales y económicos” (2006: 388).

En antropología de la alimentación, se estudia un aspecto que pareciera dual, pero a la vez opuesto, es lo que se conoce como lo frío y lo caliente, este elemento es una herencia de la época prehispánica en México y que aún se observa se practica en varios pueblos y localidades del país.

En Mesoamérica, la clasificación *frío-caliente* se ha usado para diferenciar estados fisiológicos y alimentos que los pueden contrarrestar o potenciar, según el caso. “En la actualidad este sistema clasificatorio se sigue utilizando en algunos grupos, aunque en muchos casos se mezcla con las recomendaciones de los servicios de salud del Estado” (Bertrán 2006: 26). En el caso de estudio de esta investigación, los alimentos fríos y calientes, son un elemento cultural importante respetado y seguido por las mujeres en estado de embarazo, ya que implica una carga cultural importante que se debe seguir, de lo contrario habrá consecuencias o efectos negativos, tanto en la madre como en el bebé.

Así entonces, es importante señalar que la alimentación humana en tanto hecho biológico y fenómeno sociocultural, requiere de un tratamiento integrado que promueva su definición según conceptos y prácticas productivas, ecológicas, sociales, políticas y religiosas, propias de cada contexto particular.

En este sentido, se entiende que la cultura alimentaria, (que se estudia como parte de la antropología de la alimentación), es el modo propio que cada grupo humano tiene para cubrir una necesidad básica y que es la de llevarse alimento a la boca, tal cultura implica el modo, la forma, la creencia, la tradición y la cultura material empleada para obtener, preparar y consumir los alimentos.

1.3 Alimentación durante el embarazo

En este apartado se analizará la alimentación de las mujeres en el embarazo ya que es una etapa nueva e importante para ellas.

Primeramente considero importante señalar el concepto de embarazo, ya que es un término básico de la investigación:

El embarazo es una etapa fisiológica en la vida de la mujer, vulnerable desde el punto de vista nutricional, ya que las necesidades de energía y en mayor medida, las de muchos nutrientes están aumentadas y los desequilibrios pueden tener repercusiones más graves que en otras etapas, pudiendo afectar a la salud de la madre y del descendiente, no sólo en estos periodos, sino también, transcurrido el tiempo, en momentos posteriores de su vida (Izquierdo 2016: 12).

De acuerdo con Josué Machado Zeledón Saskia Betsy Valerio, el embarazo es:

Un evento fisiológico que tiene gran impacto en la madre, bebé y familia. Este es un evento influenciado por un entorno social lleno de cultura y tradiciones, carente de estudios o investigación científica, por un lado debido al bajo nivel socioeconómico, por otro, por no querer soltar las costumbres de sus antepasados y aún más las costumbres de las abuelas, quienes en determinadas ocasiones han pretendido imponer formas de pensamiento y pautas de comportamiento para enfrentar el embarazo, parto y puerperio, sin analizar cómo estas prácticas pueden repercutir en la salud materno infantil como la desnutrición, malformaciones congénitas, retardo del crecimiento intrauterino, bajo peso al nacer, discapacidades y menos ingresos económicos” (2017:6).

Si bien el embarazo puede ser una etapa altamente motivadora para que la mujer modifique su comportamiento alimentario, constituyendo un momento óptimo para inculcar la importancia de una alimentación y un estilo de vida saludable, diversos trabajos han comprobado que, en muchas ocasiones, los conocimientos

nutricionales de las gestantes no son los más acertados, hecho que unido a los antojos, o a los cambios en el apetito y el gusto, declarados de forma frecuente por las embarazadas, hace que la dieta no sea siempre adecuada, especialmente, en las gestantes con un menor nivel educacional (Izquierdo 2016).

Dado que el embarazo es una etapa nueva y diferente; Ana Beatriz Magallanes, Fernando Limón Aguirre y Ramfis Ayús Reyes, señalan que: “el embarazo marca el inicio de una serie de cuidados especiales para las mujeres, no solamente referido a sus visitas periódicas con las parteras o al centro de salud, sino en todo lo relacionado con la alimentación y su asociación con el medio" (2005: 140).

Los aspectos sociales en los estudios de alimentación y nutrición comunitaria han estado presentes desde hace varios años. Las mujeres conforman un grupo social especializado en constituir a los nuevos integrantes de la sociedad, a través de la práctica que se vive en el contexto social y cultural que rodea a cada una de ellas; como lo refiere Ángeles Sánchez Bringas, “la alimentación es uno de los pilares de la reproducción cotidiana de la especie humana, ya que los bebés son crías que dependen de los adultos para sobrevivir. Para asumir esta tarea, con fundamentos en las bases biológicas de engendrar, parir y amamantar, se ha asignado a las mujeres el papel de construir al nuevo ser, es decir, de convertirlo en persona” (2003: 13).

Las distintas etapas del proceso reproductivo, además de tener un componente biológico común e idéntico en todo grupo humano, presentan una dimensión fundamental de unicidad y diferenciación en sus formas de manifestarse, debido a su intrínseca relación con el conjunto sociocultural de procedencia (Sesia 1992).

En ese sentido, la partera se convierte en una de las fuentes por las que la mujer conoce algunas prácticas alimentarias, particularmente indica lo que está permitido, aunque muchos de los conocimientos son adquiridos de manera empírica desde que son niñas o adolescentes, cuando ayudan en los cuidados de otras mujeres embarazadas que podrían ser principalmente la madre, hermanas o cuñadas, así como lo refiere Joselyne Montero:

Durante el embarazo, el bienestar de las mujeres y el crecimiento del feto dependen principalmente de una adecuada alimentación y un buen estado de salud general, que asegure el desarrollo de ambos, sin embargo por diversas situaciones ya sean sociales y/o culturales las gestantes pueden adoptar una alimentación diferente que puede verse evidenciado en un inadecuado estado nutricional de la misma, asociándose a complicaciones obstétricas y neonatales (2016: 7).

La alimentación en las distintas etapas de la vida humana, se encuentra determinada por los valores y principios inculcados desde la propia familia y por tanto desde la cultura propia, esa manera particular de aprendizaje y de formación de hábitos y patrones se conoce como cultura alimentaria.

Para María Elena Calderón-Martínez, la cultura alimentaria “se entiende como los usos (lujo, placer), tradiciones (religión), costumbres (estatus social, interacción social) y elaboraciones simbólicas de los alimentos y donde además influye el ciclo productivo de los alimentos en el contexto particular” (2017: 300).

De acuerdo a los estudios que realizaron Ana María Alarcón y Yolanda Nahuelcheo las mujeres revelaron complejos mecanismos de control y prevención biológicos y culturales que operan en la sociedad mapuche para proteger a la embarazada y el niño. Estos consisten en un conjunto de regulaciones que apuntan a preservar la salud de la madre, asegurar la indemnidad del feto y la salud futura del niño. Entre

ellas destacan las prohibiciones de consumir algunos alimentos y participar en ciertas actividades sociales y laborales. El embarazo de acuerdo a sus investigaciones, fue concebido “como un acto reproductivo biológico y natural, ajeno a cualquier interpretación mágico-religiosa” (2008: 196).

El estado nutricional de la mujer cuando queda embarazada y durante el embarazo puede tener una influencia importante en los resultados sanitarios del feto, el lactante y la madre. Las deficiencias de micronutrientes como el calcio, el hierro o la vitamina A, pueden producir malos resultados sanitarios para la madre y ocasionar complicaciones en el embarazo, poniendo en peligro al binomio madre-niño. Así también, un aumento insuficiente del peso de la madre durante el embarazo debido a una dieta inadecuada aumenta el riesgo de parto prematuro, bajo peso al nacer y defectos congénitos (Montero 2016).

A propósito del estudio acerca de los embarazos, Ana M. Alarcón y Yolanda Nahuelcheo, señalan que: “aún cuando el embarazo es una condición que no afecta profundamente las labores cotidianas de la mujer, existe un modelo de cuidado cultural específico para la embarazada que denota su grado de fragilidad física y espiritual, por lo que un conjunto de normas sociales y culturales definen lo que es y no es permitido para la embarazada” (2008: 197).

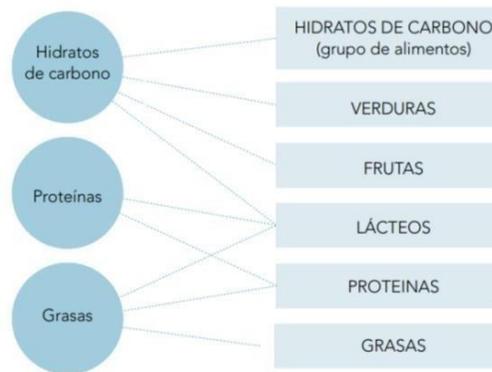
Actualmente la matrona es el profesional sanitario de referencia para ofrecer recomendaciones nutricionales durante el control del embarazo, entre sus competencias se incluyen “el asesoramiento y la educación para la salud, no solo para la mujer, sino también en el seno de sus familias y la comunidad. El gran reto al que se enfrentan las matronas, no es tanto dar consejos, sino saber cómo hacerlo para no herir sentimientos en la embarazada, conseguir cambios de comportamiento y no generar frustración, por ejemplo, ante lo que puede y no puede comer” (Espuig 2016: 1206).

En sintonía con lo referido a lo que los autores manifiestan, vemos con claridad que la diversidad no es más que aparente. La humanidad se vuelve una e idéntica a ella misma; esta unidad y esta identidad no pueden realizarse más que progresivamente de acuerdo a la variedad de culturas, ello demuestra la relatividad de las culturas humanas.

El hombre se alimenta como lo hace la sociedad a la que pertenece, su cultura define la gama de lo que es comestible y las prohibiciones alimentarias, aunque se recomienda no olvidar el aspecto biológico, que establece que para llevar una dieta equilibrada, hay que consumir en su adecuada proporción y en cantidades moderadas, los grupos de alimentos nutricionales recomendados.

Alimentos, nutrimentos y composición

Cada uno de ellos contiene los siguientes nutrientes:



Fuente: Sánchez 2015: 14-15.

1.4 Antropología simbólica

La antropología simbólica es la disciplina que permite profundizar el estudio de los individuos, realizando una construcción cultural de su realidad a través de los diferentes símbolos que simplifican las ideas, pensamientos, creencias, actitudes y formas de vida.

Las fechas más importantes del desarrollo de la antropología simbólica inglesa, fueron en 1966, cuando se hace conocer la obra *Pureza y peligro* de Mary Douglas y en especial, en 1967 cuando se edita en Estados Unidos una compilación de artículos de Victor Turner, con el nombre de *La Selva de los símbolos*. (Reynoso 2015).

Las formas de expresión simbólicas en la alimentación, se ven reflejadas en varios elementos tales como las creencias, o mitos acerca de la restricción de alimentos descritos en el capítulo III, así como la manera de cocinarlos, abarca desde quién debe prepararlos y cómo se deben preparar, e incluso la manera de comer. Tal como lo refiere Campbell: “hay una función esencial del mito, la función pedagógica y la enseñanza de cómo vivir una vida humana bajo cualquier circunstancia. Los mitos pueden enseñártelo” (1991: 65).

De acuerdo con Claude Lévi- Strauss, un mito:

....plantea su problema de manera directa, es decir en los términos donde la sociedad de que proviene lo percibe y trata de resolver, la trama, contenido patente del mito, puede tomar directamente sus motivos de vida social misma, pero si el mito formula el problema al revés y trata de resolverlo por el absurdo, puede esperarse que el contenido patente sea modificado, en consecuencia y ofrezca la imagen invertida de la realidad social empíricamente dada, tal como se presenta a la conciencia de los miembros de la sociedad (1974: 55).

Según Joseph Campbell, señala que “en determinado nivel de vida y estructura, los mitos ofrecen modelos de comportamiento y son parte esencial de la vida de los seres humanos” (1991:30); “son metáforas de la potencialidad espiritual del ser humano, los mismos poderes que animan nuestra vida, animan la vida del mundo. Pero también hay mitos y dioses relacionados con sociedades específicas, o deidades protectoras de una sociedad” (1991: 54).

El argumento anterior, contribuyó a comprender y explicar el significado simbólico de la cultura alimentaria de las mujeres embarazadas del Barrio de San Pedro, ya que no sólo rigen este aspecto al aceptar o prohibir el consumo de alimentos, sino también otros, que están presentes en su vida.

El interés de estudio acerca de la antropología simbólica, es porque ayudó a entender y profundizar la cultura alimentaria de las mujeres embarazadas ya que a través de los alimentos, se mezclan una serie de rituales, símbolos y costumbres que forman parte del día a día de la comunidad, así mismo dichos saberes son transmitidos de generación en generación, ello es una forma de regir la conducta y el estilo de vida de las personas. En algunos grupos humanos, las imágenes, u otro tipo de objetos llegan a ser simbolizados, cobrando un significado importante en las acciones humanas. Ante ello, Claude Levis-Strauss, señala lo siguiente: “los preceptos son las imágenes mentales que crean en nuestra mente los objetos que percibimos, éstos se vuelven signos que se emplean para construir sistemas simbólicos” (1998:82).

Por su parte para Schneider, la producción cultural de los símbolos debe ser diferenciada analíticamente de las normas y los deberes; estos niveles, a su vez, deben distinguirse de la acción social y de los patrones estadísticos de conducta; sostiene que los símbolos y las normas constituyen la cultura, ya que ésta puede separarse analíticamente de la conducta y de la acción social (Reynoso 2015).

En cuanto a la estructura simbólica que es parte de la vida del ser humano, existe un factor determinante, como lo afirma Eduardo Nivón y Ana María Rosas, la religión, es definida como un sistema cultural en el que los símbolos que son expresados, dotarían al individuo una motivación con el fin de darle sentido a la existencia de este en el mundo material, teniendo como recompensa un mundo abstracto. Asimismo, estos símbolos crearían en los individuos un sentido de identificación y pertenencia a una determinada religión; así, la cruz se expresaría como símbolo de identificación para las comunidades cristianas; el cual, de igual manera ocasiona en los individuos un sentido de transcendencia y la comunicación con un ser divino (1991: 87).

Entendido desde este punto de vista, podemos justificar el análisis de la alimentación a través del estudio de la antropología simbólica, ya que encontramos diferentes elementos simbólicos que la conforman, aún más claros durante el proceso de embarazo, que hasta cierto punto son estrictamente permitidos o restringidos por la sociedad.

1.5 Embarazo, alimentación y significado simbólico

En este apartado, se aborda el tema del significado simbólico y cómo éste repercute en la vida de los seres humanos, en específico en las mujeres en estado de embarazo.

Los universos simbólicos, entre otros muchos aspectos:

...nos hablan de los conocimientos, creencias, percepciones, representaciones y opiniones acerca de los alimentos y sus propiedades (alimentos fríos-calientes, pesados-livianos, nutritivos-no nutritivos, benéficos-no benéficos para algunas enfermedades, entre otros); las diferencias de género (alimentos tabúes o prohibidos o especiales para los hombres o para las mujeres); o los alimentos que tienen que ver con rituales o festividades que marcan estatus o clase social (Pérez 2020: 143,144).

Como lo refiere Vania Salles y Rodolfo Tuirán, quienes establecen que el tipo de organización familiar constituye la estrategia particular de cada grupo, “entendida ésta como los arreglos y acciones realizados por los miembros de las familias para crear recursos simbólicos y materiales encaminados a propiciar mejores condiciones de vida” (1998: 83).

De acuerdo con Magallanes, establece con respecto a la relación entre alimentos y su significado, señala:

“conocer que la alimentación no solamente es para el cuerpo, sino que afecta o se relaciona con el alma, adquiere especial relevancia por su estrecha relación con la manera de elegir y consumir, pero especialmente de clasificar los alimentos. De ahí pudiera inferirse una de las razones para clasificar los alimentos de acuerdo con su polaridad térmica y, por supuesto, de realizar el balance de los mismos de acuerdo con esa clasificación” (2005: 137).

En pocas palabras, los alimentos tienen la capacidad de hablar y de significar. En ese sentido, cuando se tratan los factores culturales de los patrones alimentarios, se distinguen las actitudes y creencias que se tienen frente a los alimentos.

Bonfil señala que en ese aspecto por lo general, “resalta la preocupación por explicar y rechazar los hábitos y comportamientos que se consideran negativos, dejando de lado los hábitos positivos, así como las actitudes y las costumbres que, sin ser las de los grupos mayoritarios o dominantes, ni las postuladas como ideales por dichos grupos, contribuyen de manera eficiente a garantizar la sobrevivencia biológica de los individuos” (1962: 35).

A propósito del significado simbólico que tienen los alimentos, puede entenderse según las palabras de Magallanes, Limón y Ayús:

El significado simbólico es concebido como consustancial a la descripción de las prácticas culturales. Sin embargo, sólo se revela gracias a una cooperación hermenéutica entre las perspectivas emic y etic, esto es, la de las informantes en negociación con la sagacidad analítica de los

investigadores. Toda producción simbólica especialmente en los sistemas de clasificación (en este caso nutricional y alimentario) (2005: 135).

Como regla, e incluso por consejo de las parteras, una mujer embarazada debe comer "de todo", pero especialmente aquellos alimentos que se considera que culturalmente le den fuerza (pollo, frutas y verduras). Sin embargo, existen ciertas restricciones de que las mujeres no hablan tan fácilmente, pero que marcan fuertemente los alimentos que seleccionan y consumen: aunque en términos generales el pollo es un alimento recomendado, consideran que no todas las partes del pollo son buenas.

En ese sentido, por ejemplo, Ana Beatriz Magallanes señala que "la mujer embarazada, deberá evitar consumir el pescuezo y la molleja, pues si se consume el primero, el bebé nacerá con el cuello débil y no podrá sostener la cabeza y si consume la segunda, nacerá con el paladar y la encía negras (2005: 141).

Otras prácticas que se efectúan durante el embarazo, aunque no son propiamente alimentarias, son aquellas que tienen que ver con el cuidado que debe tener la mujer embarazada respecto de fenómenos ambientales o hechos sociales. Una mujer gestante debe tener especial cuidado de no salir cuando hay tormentas con rayos, ya que se cree que el feto atrae a los rayos y en caso de que uno de éstos cayera, el feto moriría aunque la madre pudiera salvarse. Tampoco se recomienda salir ni mirar los eclipses, pues al igual que en otros lugares de la República Mexicana, se cree que el pequeño nacerá con paladar hendido o labio leporino (Castro 1995). Otra medida precautoria que debe tener la madre, es no mirar a gente "fea" o con malformaciones físicas, ya que de hacerlo, el bebé podría nacer feo o con esas malformaciones (Magallanes 2005).

De acuerdo a las creencias que las personas tienen en cuanto a proceso del embarazo, los autores consideran necesario analizar los puntos clave que son parte del mito que engloba este fenómeno.

Ante lo anterior, Magallanes señala que resulta interesante mencionar lo siguiente:

“los alimentos que contienen cantidades considerables de vitamina C, son considerados fríos —a excepción de la naranja, el chile y el limón, que tampoco se permite en grandes cantidades —, por lo que durante el embarazo el consumo de dicha vitamina podría verse menguado, especialmente si durante el periodo de embarazo, no es época de naranja. Tampoco es deseable consumir frutos gemelos o cuates, ya que si lo hacen darán a luz gemelos. No recomiendan consumir bebidas muy amargas, ya que podrían ocasionar aborto, ni agua de limón, pues se corre el riesgo de que el bebé nazca muerto o bien que se aborte” (2005: 141).

Los antojos son un síntoma en las mujeres embarazadas, con respecto a ello se señala que el antojo:

se encuentra asociado a carencias nutricionales específicas y preferentemente, debe satisfacerse en su totalidad; de no ser así, la mujer debe colocar un poco de sal bajo la lengua. Particularmente al final del embarazo, cuando un antojo no fuera satisfecho, la sal no fuera consumida y la mujer empezara a sentirse mal, deberá tomar una bebida de "punta" de chayote tierno con sal de uvas, ya que al final del embarazo el no satisfacer los antojos puede conducir a un parto prematuro. Esto se debe a que el bebé está pidiendo tal o cual alimento; si el antojo no se satisface al principio del embarazo, el bebé nacerá con la boca abierta y la lengua de fuera, debido a que se quedó con las ganas de probar el alimento pedido. En cambio, cuando el feto está más grande y desarrollado y ya "tiene fuerza", el privarle de un alimento que desea, le hará salir a buscarlo, provocándose así, un parto prematuro (Frenk 1995: 7-9).

Por ejemplo; como lo refiere Igor De Garine y Ricardo Ávila, el tener antojos en las mujeres embarazadas, representa para algunos grupos humanos un orgullo; existen también las prohibiciones desde las abstinencias personales, que se sustentan en una historia íntima, hasta las que se aplican a porciones nada despreciables de la humanidad. Hay que añadir que estas prohibiciones pueden ser permanentes o temporales (2016).

Otro síntoma que cobra un significado simbólico en las mujeres embarazadas, son los ascos, al respecto Magallanes señala:

Este padecimiento no siempre se presenta, pero cuando sucede, puede llegar a alterar fuertemente la dieta de una familia, especialmente si el alimento que causa la repulsión, es de la dieta básica. Estos ascos que alteran tanto la vida cotidiana — en lo que a la alimentación se refiere— podrían tener consecuencias no sólo en la madre, sino también en el peso del feto y repercusiones en el crecimiento de los otros niños de la familia, ya que en ocasiones, la accesibilidad para conseguir otro tipo de alimentos puede verse limitada (Magallanes 2005: 143).

Finalmente, es importante señalar que las diversas investigaciones realizadas recientemente en comunidades rurales del centro de México, han confirmado la sobrevivencia de creencias tradicionales arraigadas, que se encuentran relacionadas con la salud y la reproducción, las cuales se atienden principalmente desde una perspectiva cultural, pero también y en menor medida, desde la orientación médica científica. Lo anterior confirma, que la tendencia cultural y su significado simbólico relacionado con la cultura alimentaria de las mujeres durante el embarazo, es un elemento que se transmite y que ha persistido a lo largo del tiempo en los pueblos mexicanos.

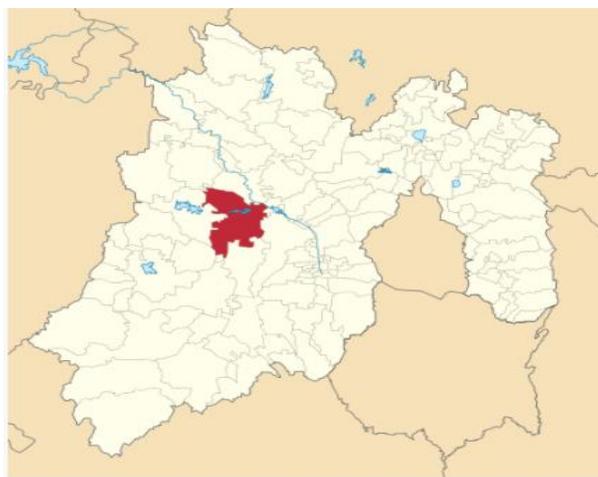
Capítulo II
ETNOGRAFÍA DEL BARRIO DE SAN
PEDRO, ALMOLOYA DE JUÁREZ,
MÉXICO

2.1 Localización, demografía y características físicas

En el este apartado se presentará la localización del lugar de la investigación y los datos demográficos y etnográficos recopilados durante la investigación, teniendo en cuenta fuentes institucionales y particulares. El barrio de San Pedro, lugar en el que se realizó la investigación, se localiza en el municipio de Almoloya de Juárez, el municipio pertenece al Estado de México.

Almoloya de Juárez es un municipio localizado en la porción occidental del Estado de México y forma parte de la sección del noroeste del Valle de Toluca. (Álvarez 1987:17). “El municipio cuenta con una superficie de 389.7 kilómetros cuadrados, ocupa el séptimo lugar en cuanto a la superficie del Estado y el 1.98% del total del territorio mexiquense” (Álvarez 1987:19); colinda al norte con San Felipe del Progreso e Ixtlahuaca; al este con Ixtlahuaca, Temoaya, Toluca y Zinacantepec; al sur con Zinacantepec y Amanalco; al oeste con Amanalco, Villa Victoria y San Felipe del Progreso (SEDESOL 2014).

Localización del municipio de Almoloya de Juárez en el Estado de México



<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=35887109>

Consultado 17 noviembre 2020.

Almoloya de Juárez y municipios colindantes



Fuente: <http://3.bp.blogspot.com/SQMo4ANCEM/TeWJRTSpCAI/AAAAAAAAAA4/UHKQ3IZxDA/s1600/almoloya.jpg>

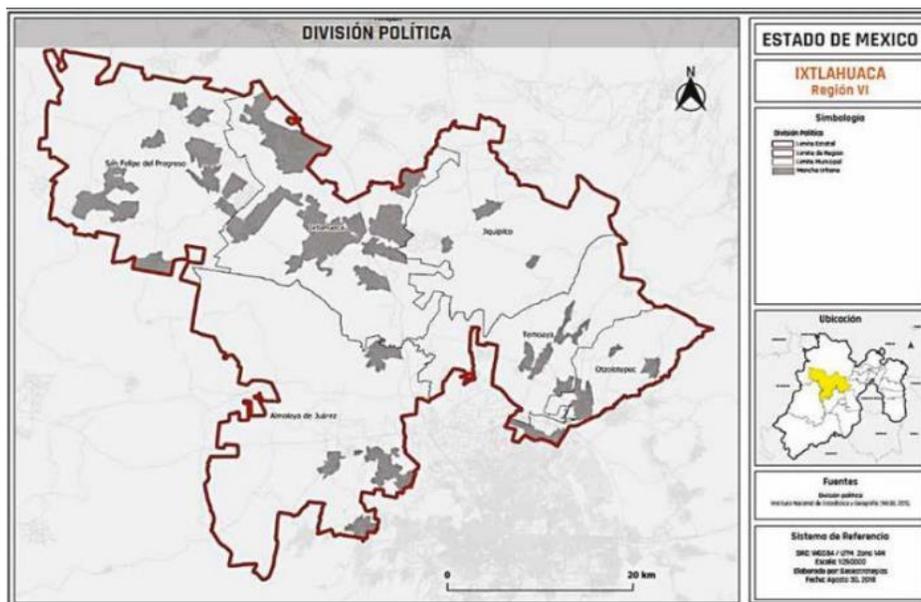
Consultado 31 enero 2022.

Almoloya nombre de origen náhuatl que es propiamente **Almoloyan**, compuesto de los prefijos **atl**, que significa agua; **molo**, voz impersonal de **moloni**, que significa manar de la fuente y **yan**; que significa lugar, (lugar en que mana la fuente de agua). Diego de Nájera Yanguas, señala que es de origen mazahua y que el origen del lugar derivó de la palabra **attogue**, que quiere decir “lugar donde salta el agua” (Álvarez 1987: 13).

El licenciado Gustavo G. Velázquez señaló que por estar Almoloya situada en el territorio ocupado por Mazahuacán, con seguridad su fundación se debe a la etnia Mazahua. Existe un leve indicio de grupos étnicos de origen mazahua que se combina con el castellano. Estos grupos, se localizan principalmente en las comunidades de Barrio San Pedro, San Lorenzo, San Miguel y Santa María Nativitas. El sistema orográfico se reduce a tres cerros llamados Molcajete, Ojo de agua y cerro del aire (Álvarez 1987:36).

Almoloya de Juárez tiene una superficie de 478 kilómetros cuadrados dentro del territorio mexiquense y pertenece a la región VI, ello con base en la siguiente imagen:

Extensión territorial del municipio de Almoloya de Juárez



Fuente: Plan de desarrollo municipal 2019-2021.

El municipio está conformado por localidades o barrios, los cuales se encuentran organizados en cuatro cuadrantes de acuerdo a la ubicación, así como se muestra en el cuadro siguiente:

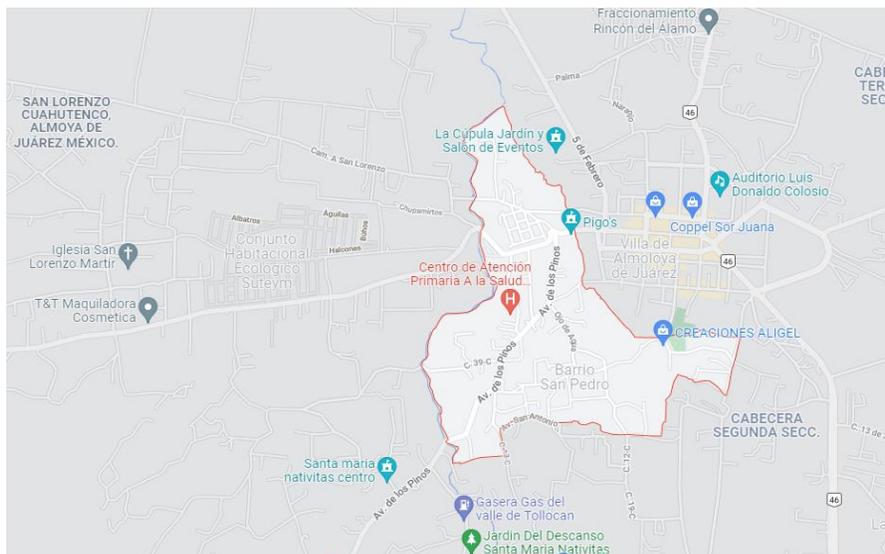
Localidades de Almoloya de Juárez

Cuadrante I	Cuadrante II	Cuadrante III	Cuadrante IV
Ejido San Diego	San Cristóbal	Paredón (centro)	Ejido San Pedro la Hortaliza
San Agustín las tablas	Loma de Salitre	Paredón (Ejido)	Potejé (Centro)
Cieneguillas de Mañones	Barrio de la Unión Ocoyotepec	Loma Blanca	Poteje (Norte)
Plan Barrio de Ocoyotepec	Ocoyotepec centro	Potejé sur	Coolonia Bellavista
San Antonio Atotonilco	Barrio de la Soledad	Rosada Morada	Cañada de Guadarrama
Salitre de Mañones	Ehido Laguna de Tabernillas	El Estanco	Tres Barrancas
Ranchería San Diego	Mextepec	El Tulillo	San Miguel Almoloyán
Santa Juana Centro	Lázaro Cárdenas (Ybuciví)	San Nicolás Amealco	San Lorenzo Cuauhtenco
Mayorazgo de León	Ejido Piedras blancas	Cieneguillas	Ejido San Pedro
Santa Juana (2° sección)	Barrio del Santito	La Gavia	Santa Juana 1° Sección
Mina México	Barrio de San Pedro	La Tinaja	Almoloya de Juárez
	Benito Juárez	San Antonio Buena Vista	
	San Mateo Tlalchichilpa	Arroyo Zarco	
	Santiaguito Tlalcilcali	Dilatada	
	Barrio la cabecera	Ejido San Lorenzo Cuauhtenco	
	San Francisco Tlalcilcalpan	Loma de la Tinaja	
	Santa María Nativitas		
	Barrio de la cabecera (2° y 3° sección)		
	San Isidro el reservado		

Fuente: Álvarez 1987:19-22.

De acuerdo a la localización geográfica, el barrio de San Pedro, lugar en el que se realizó la investigación, se ubica en Villa de Almoloya en el cuadrante II, a 2590 metros de altitud, teniendo en cuenta las localidades circunvecinas como San Mateo Tlalchichilpan, Santa María Nativitas y la Cabecera primera sección.

Localización del barrio de San Pedro en Almoloya de Juárez

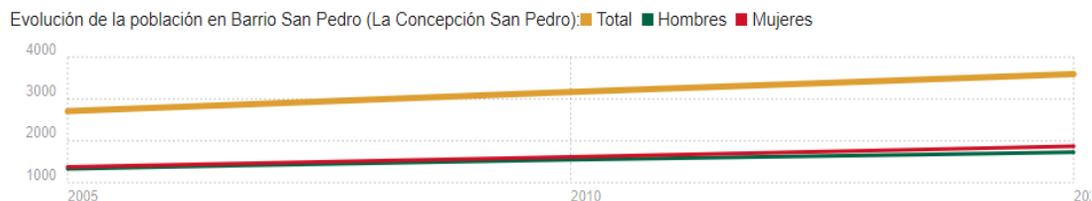


<https://www.google.com.mx/maps/place/Barrio+San+Pedro,+M%C3%A9xico/@19.3684426,99.7631886,15z/data=!4m5!3m4!1s0x85d279a661460801:0x4e1c3421a8e972f6!8m2!3d19.3637461!4d-99.7636863>

Consultado 3 de mayo 2021.

En cuanto a la demografía del Barrio de San Pedro, para el año 2020 existe un total de 3, 595 habitantes; de los cuales 1,869 son mujeres y 1,726 son hombres. En la siguiente gráfica se visualiza el crecimiento de la población del año 2005 al 2020:

Crecimiento de la población en el barrio de San Pedro



Fuente: <https://mexicopueblosdeamerica.com/ibarrío-san-pedro-la-concepcion-san-pedro/> . Consultado 6 de septiembre 2021.

Con respecto a la población económicamente activa; el 35,33% de la población mayor de 12 años está ocupada laboralmente, el 51,45% corresponde a los hombres y el 19,90% a las mujeres. <https://mexicopueblosdeamerica.com/ibarrío-san-pedro-la-concepcion-san-pedro/> . Consultado 6 de septiembre 2021.

En barrio San Pedro, los hombres se centran a trabajar en el oficio de albañilería o construcción, aunque también se desempeñan en negocios que son parte de la localidad y se encuentran en el centro del barrio; por ejemplo en carnicerías, recauderías, panaderías, tiendas de regalos y ferreterías, entre otros; lo cual contribuye a la economía de lugar, además de que las mujeres contribuyen al sustento económico del hogar, ya que se han insertado también al campo laboral desempeñándose como empleadas domésticas, o en los negocios locales mencionados (Trabajo de campo 2020).

Datos demográficos 2020	Porcentaje
Índice de fecundidad (hijos por mujer)	2.09%
Población que proviene fuera el Estado de México	5.76%
Población analfabeta	3.14%
Población analfabeta (hombres)	0.89%
Población analfabeta (mujeres)	2.25%
Grado de escolaridad	9.4%
Grado de escolaridad (hombres)	9.65%
Grado de escolaridad (mujeres)	9.18%
Datos de cultura indígena en Barrio San Pedro (La Concepción San Pedro)	
Porcentaje de población indígena	0.86%
Porcentaje que habla una lengua Indígena	0.25%
Porcentaje que habla una lengua indígena y no habla español	0.00%

Fuente: <https://mexicopueblos.de.america.com/ibarrío-san-pedro-la-concepcion-san-pedro/>. Consultado 6 de septiembre 2021.

Para el año 2020, en el barrio de San Pedro se cuenta con 847 viviendas. La tipología de la vivienda consiste en el uso de materiales industrializados como tabicón, cemento, varilla y elementos de herrería principalmente. De las viviendas existentes, el 99.41% cuenta con electricidad, el 97.52% tienen agua entubada, el 95.04% tiene excusado o sanitario, el 73.67% radio, el 95.87% televisión, el 72.85% refrigerador, el 48.41% lavadora, el 36.13% automóvil, el 27.15% una computadora personal, el 20.43% teléfono fijo, el 89.49% teléfono celular, y el 29.63% internet.

Fuente: <https://mexicopueblos.de.america.com/ibarrío-san-pedro-la-concepcion-san-pedro/>. Consultado 01 de febrero 2022.

Economía y vivienda (2020)	Porcentaje	
Número de viviendas particulares habitadas	847	
Viviendas con electricidad		99.41%
Viviendas con agua entubada		97.52%
Viviendas con excusado o sanitario		95.04%
Viviendas con computadora personal		27.15%
Viviendas con teléfono fijo		20.43%
Viviendas con teléfono celular		89.49%
Viviendas con Internet		29.63%

Fuente: <https://mexicopueblos.de.america.com/ibarrio-san-pedro-la-concepcion-san-pedro/>. Consultado 01 de febrero 2022.

En el territorio del municipio de Almoloya de Juárez, como en el barrio de San Pedro; la flora y fauna es diversificada, las familias tienen animales domésticos para el consumo propio, o para la venta, como son vacas, gallinas, patos y borregos. En cuanto a la flora del lugar, podemos encontrar árboles gigantes, pinos y llorón; flores silvestres como carricillo, diente de león, hoja de sapo, peshton, ruda, hinojo y cedrón. Los principales árboles frutales de temporada que se encuentran en la localidad son las peras, manzanas, tejocotes, durazno, ciruelo y capulín (Trabajo de campo 2020).

2.2 Alimentación del Barrio de San Pedro

En cuanto a la alimentación que han tenido los habitantes del barrio, está conformada principalmente por el maíz tierno, o seco, que en cualquiera de sus presentaciones podemos encontrar una variedad de formas de preparación, como en las elotadas, en las tortillas que es la base fundamental de la alimentación en el lugar, los tlaxcales, en tamales, en la elaboración de pozole, tostadas o tacos dorados. Así mismo encontramos productos de la tierra, como son los hongos, los

quelites (malvas, corazones, quintoniles, cenizos, chivatitos, huazoncles), frijol, haba, chícharo, calabaza y chile. También productos de la zona lacustre, tales como el charal y pescado blanco. En cuanto al consumo de carne; se encuentran datos de que se alimentaban principalmente de aves domésticas, tales como los guajolotes, gallinas, cerdos y patos. Es importante señalar que la recolección de alimentos que la naturaleza les provee es fundamental; como son las verduras y frutas.

En cuanto a las bebidas, encontramos que tradicionalmente se consume el pulque, ya que en la zona se raspan magueyes, de los que se obtiene la bebida. El pulque es una bebida que ha estado presente desde generaciones pasadas, hasta la actualidad. Además se consume bebidas preparadas y fermentadas con maíz o frutos del lugar, como es el caso del Tecuí; que es una bebida tradicional del lugar, elaborada con alcohol puro de caña, azúcar y una variedad de frutas de temporada. También hay un consumo importante de bebidas procesadas o industrializadas, como los refrescos y las cervezas.

Las comidas típicas son muy condimentadas, de alguna forma se parecen a todas las de la región, tales como: la barbacoa de borrego hecha en hoyo, las carnitas de cerdo, el pozole rojo y blanco, las enchiladas de tortillas hechas a mano, el mole de guajolote rojo y verde.

De acuerdo con la monografía municipal de Almoloya de Juárez la flora del municipio se distingue por árboles pino, fresno, cedro gigante, sauce y trueno. Plantas y hierbas de frijol, chícharo, haba, trébol, berro, nabo, rosa, hinojo, girasol, calabaza, chilacayote, quelite, epazote, palma real, trigo, cebada, maíz, avena, huazontle, lechuga, cebolla, apio, papa, perejil, cempaxúchitl, entre otras; hierbas medicinales como manzanilla, árnica, ajeno, yerbabuena, cedrón, chilacayote, yerba de ángel, ruda, flor de saúco, hipecacuana, iztafiate y romero. Flores de ornato como la malva, vara de San José, dalia, crisantemo, margarita, azucena, flor

de mayo, madreSelva, nube, malvón, huela de noche, gladiola, geranio, alcatraz, espárrago, helecho, corazón de Jesús y María, pensamiento y cactáceas como el maguey, nopal y biznaga (Álvarez 1987: 29).

De acuerdo con los datos proporcionados en entrevista con la interlocutora de nombre Matilde Domínguez Esquivel, originaria del barrio de San Pedro de la zona conocida como el Cerro o la Navidad; relató sobre la alimentación de cuando ella era niña y tenía ocho años de edad, actualmente tiene 38 años; recuerda que cuando tenía aproximadamente ocho años, había tres bordos de agua en el lugar, su abuelo y su mamá obtenían acociles, ajolotes y peces, también había sanraje y berros, que podían cocinarlos y consumirlos. En el año 2021, dos de los bordos ya están secos, ya que las lluvias han disminuido en los últimos años y el calor ha aumentado, el bordo que aún se conserva alberga poca agua y está sumamente contaminado, ya que las personas de otros barrios llegan a tirar basura (Trabajo de campo 2020, entrevista a M.D.E.).

Otro interlocutor entrevistado, fue el señor Luis Armando Gómez Benhumea, quien comentó que anteriormente en el barrio pasaban unas señoras que vendían de forma ambulante, quelites, acociles, pescado, papas de agua y ajolotes. Las señoras se organizaban entre ellas para ir a “acocilear” y pasaban caminando por las casas vendiendo sus productos (Trabajo de campo 2020, entrevista a L.A.G.B.).

Es importante mencionar de donde se obtenía el combustible para cocinar los alimentos; se obtenía de los mezotes, éstos se conseguían en las besanas o en la milpa y son las pencas de magueyes que ya están secas y sirven de combustible; también cuando se desgranaba el maíz se rescataba el olote y se ponía en costales, o se almacenaba en algún espacio de la cocina de humo, así mismo se rescataban las muñigas, que es el excremento de las vacas, se ponía a secar al sol, una vez seco, se utilizaba como combustible; así también se daba uso a lo que llamaban el tlazol, éste se almacenaba en tiempos de cosechas, cuando el tallo del maíz estaba

completamente seco, servía para hacer arder el comal y cocinar los alimentos. Aún así que las familias contaban con estufa de petróleo, cuando no había suficiente dinero, no se usaba y para ello era útil el fogón, por eso era importante para los habitantes recolectar lo que tenían a su alrededor, ya que les servía como combustible en tiempos de austeridad (Trabajo de campo, 2020).

En el año 2021, se observó que las familias del barrio, aún conservan sus tradiciones y costumbres básicas relacionadas con la obtención, preparación y consumo de alimentos; sin embargo, también es importante señalar que a través de los años, han sumado nuevos alimentos procesados; lo anterior dá cuenta de que su patrón alimentario ha ido cambiado, ello conforme van aceptando este tipo de alimentos, los cuales combinan con lo que obtienen principalmente de la actividad agrícola.

2.3 Servicios públicos, educación y salud

Los servicios públicos u obras públicas, son “todas las actividades técnicas destinadas a satisfacer una necesidad de carácter general, cuyo cumplimiento uniforme y continuo deba ser permanentemente asegurado, regulado y controlado por los gobernantes, con sujeción a un mutable régimen jurídico del derecho privado, ya sea por medio de la Administración Pública, o bien mediante particulares facultados para ello por autoridad competente, en beneficio indiscriminado de toda persona” (SEDESOL 2010: 7,8).

De acuerdo a la definición, éstos son parte de la localidad; por tanto describiremos los servicios públicos con los que cuenta el barrio de San Pedro.

Se cuenta con servicio de transporte público, como taxis, con una ruta de Santa María Nativitas hacia el centro de Almoloya de Juárez y una línea de autobús que pasa por la carretera principal, recorriendo la ruta de Santa María Nativitas hacia el centro de Toluca, beneficiando y facilitando a los ciudadanos el transportarse de un lugar a

otro. Algunas familias cuentan con transporte propio, por lo que no requieren hacer uso del transporte público. En el lugar aún se cuenta con animales domésticos, como el caballo y el burro, que ayudan a transportar personas y mercancías de un lugar a otro, principalmente se usan cuando van por veredas o cerros (Trabajo de campo 2020).

En el lugar existe un manantial llamado “ojo de agua”, territorialmente pertenece al barrio de San Pedro, por lo que la población de este barrio cuenta con agua todos los días; el mismo manantial, abastece de agua dos veces por semana a otras localidades del municipio, que son la Cabecera y sus tres secciones (Trabajo de campo 2020).

El sistema de energía eléctrica está disponible para todos ciudadanos, ya que hoy en día no hay hogares sin este servicio, la empresa CFE, es la encargada de proporcionar a los habitantes cada dos meses, sus recibos. La cantidad a pagar, depende del consumo en el hogar o negocio. Así mismo, se cuenta con alumbrado público que es operado por el Organismo Municipal; tal servicio fue gestionado por los mismos ciudadanos de San Pedro, con ayuda de los Delegados. En este punto, es necesario destacar que no todas las calles cuentan con el servicio, sólo se observa en las calles principales, ya que la periferia del barrio no tiene el servicio.

En cuanto al drenaje, es interno y desemboca en el río ojo de agua, no todas las familias cuentan con este servicio, se comenta por parte de los Delegados que es el 5% de la población, que no han querido conectarse a la tubería, debido al pago de la cuota correspondiente (Trabajo de campo 2020).

El barrio cuenta con cableado de servicios correspondientes a teléfono e internet, lo cual permite una mayor comunicación entre los pobladores; se dice que las escuelas cuentan con internet gratuito derivado del programa “México conectado”, que se implementó en el sexenio del presidente Enrique Peña Nieto; sin embargo, debido

al fracaso de este programa, no se tiene la señal suficiente para conectarse. Las personas que no cuentan con el servicio de internet, hacen recargas en sus teléfonos celulares con la intención de mantenerse conectados. Las principales empresas de telefonía móvil son: Telcel, Movistar, AT&T y Unefon.

Para el caso de la formación educativa, los padres de familia inscriben a sus hijos en etapa inicial en el preescolar “Manuel Bernal”, posteriormente en la principal Escuela Primaria “Wenceslao Labra”, que se encuentra en el centro del barrio, a la cual acuden los niños a tomar sus clases, así mismo se cuenta con una escuela secundaria llamada “Felipe Contreras”, mejor conocida como STIC 107, que oferta carreras técnicas, para que los adolescentes puedan cursar una educación y prepararse en poco tiempo. Para el caso de la preparatoria, los alumnos acuden a la Escuela Preparatoria Oficial número 5, que se encuentra en el centro del municipio; otra opción de nivel medio superior es el Colegio de Bachilleres, Plantel 112, ubicado en el barrio vecino de Santa María Nativitas. Para el caso de los estudios superiores, los interesados acuden a la Universidad Politécnica del Valle de Toluca (ubicada en el municipio), a la Universidad Autónoma del Estado de México, o a la Universidad de Estudios Superiores de Villa Victoria (Trabajo de campo 2020).

El barrio de San Pedro cuenta con una unidad deportiva llamada “Juárez”, es un espacio que fue impulsado por el H. Ayuntamiento Municipal, con el objetivo de generar una cultura física y de deportes en los jóvenes, además de tener un espacio de distracción y recreación. Este espacio cuenta con dos canchas para jugar frontón, dos canchas para fútbol rápido, hay gradas para observar a los jugadores, dos canchas para basquetbol, un área de juegos, hay tres resbaladillas, dos pasamanos, cinco columpios y tres subibajas, existe un espacio con una pista de atletismo y artefactos para ejercitar los músculos. También en el lugar, se cuenta con una sala de usos múltiples, para que los jóvenes puedan armar las liguillas de sus equipos, así mismo se usa para vestidores y hay baños públicos para hombres

y mujeres. El acceso a la unidad deportiva no tiene costo, ya que es un espacio público, cuenta con personal de seguridad, quienes son los encargados de supervisar y sancionar en caso de cometer anomalías. Cuando las anomalías cometidas se consideran graves, se sanciona encerrando 24 horas a quien la cometió. La multa consiste en el pago de 250.00. La unidad deportiva cuenta con una amplitud de 110 metros de barda y hay alumbrado público (Trabajo de campo 2020).

En cuanto a las instituciones dedicadas al cuidado de la salud de los habitantes, se encuentra el Centro de Salud llamado “Centro de Atención Primaria a la Salud”, ubicado en la Villa de Almoloya, la atención médica es gratuita y principalmente acuden las personas que no cuentan con seguridad social, o que anteriormente estaban afiliadas al seguro popular. Existen otras instituciones que proporcionan atención médica sólo a derechohabientes, como el IMSS e ISSSTE; también hay servicio de médicos particulares.

En el barrio hay dos consultorios de médicos particulares, un consultorio de un odontólogo, un consultorio de pediatra y un oculista. Es importante mencionar que estos consultorios son de profesionistas de la localidad, por lo que la gente acude con ellos, ya que generan confianza entre los habitantes. El lugar no cuenta con farmacias, debido a esto, tienen que recurrir al centro del municipio para abastecer sus medicamentos.

Finalmente en cuanto a la situación funeraria, el barrio de San Pedro no cuenta con un panteón propio, por lo que los habitantes al requerir de este servicio, tienen que acudir al panteón del municipio, que es el panteón más cercano que se encuentra en la localidad. El 90% de los habitantes se organiza para llevar a sus difuntos caminando, ya que son 30 minutos hacia el centro de Almoloya, así mismo es notorio el estatus económico de las familias, ya que los de alto prestigio acuden con

camionetas hacia el panteón y los de menor prestigio, acuden caminando (Trabajo de campo, 2020).

2.4 Organización social, política, económica y religiosa.

Para comenzar con la descripción de la **organización social**, es necesario tener en cuenta la participación por parte de los ciudadanos del barrio de San Pedro, de acuerdo a su cultura y contexto en el que se desarrollan.

Las familias del barrio, se conforman a partir de la edad de los 17 años a los 30 aproximadamente. El papel que desempeña la mujer es fundamental en una familia y al juntarse o contraer matrimonio, obtiene el rol de organizadora familiar, ama de casa y debe acatar las normas del hogar. Hace aproximadamente 60 años, las mujeres se juntaban o matrimoniaban a la edad de 15 años y se tenía la creencia que debían someterse al marido y estar en casa, ya que al juntarse o casarse su papel en la sociedad había cambiado. En el año 2020, las mujeres tienen más posibilidades de estudios, por lo que el embarazo y los matrimonios presentan un retraso.

Las familias que conforman el barrio de San Pedro son nucleares y extensas; ya que se tiene la costumbre de vivir con los padres; es decir los jóvenes que deciden conformar un matrimonio viven con sus padres, después de un tiempo construyen su vivienda. En promedio tienen de 2 a 4 hijos actualmente, hace 50 años tenían alrededor de 6 a 8 hijos. (Trabajo de campo 2021).

En cuanto a las costumbres en torno al matrimonio, es importante señalar que cuando las mujeres son pedidas, se hace el aviso previo a los padres de la mujer; para fijar una fecha en que se llevará a cabo la “pedida de mano”, esta consiste en hacer una comida por parte de la familia de la mujer, para esperar a los familiares del prometido y que ambas familias, puedan convivir. La otra manera de matrimonio, es cuando sin avisar a ambas familias, los novios deciden vivir juntos, esto es llamado “el robo de la novia”, posterior a esto, se llega a un acuerdo, los padres del novio tienen que llevar el contenido a los padres de la novia, es decir, van a pedir

perdón llevando consigo comida (pollo y/o guajolote en mole verde, o carnitas), así como bebidas alcohólicas (cervezas, vino, pulque, mezcal); también llevan fruta de temporada.

Además del matrimonio, las relaciones de parentesco se dan también a través del compadrazgo, tal relación conlleva respeto entre los implicados.

La **organización política** del barrio de San Pedro se integra de un Delegado encargado de organizar y estar al servicio de la localidad, se trata del primer Delegado que es el señor Juan Carlos Fabián Ramírez, es el principal encargado de supervisar las tareas que se llevan a cabo. En la Delegación se pueden hacer trámites locales, por ejemplo, pedir constancias, pedir apoyos de alumbrado público, también pedir apoyos para arreglar los caminos, cuando a causa de las lluvias se desgarran; así mismo, se realizan trámites legales como levantar actas, solicitar ayuda para medir los terrenos, sobretodo cuando estos se venden, o cuando llega algún apoyo de parte del H. Ayuntamiento Municipal; los Delegados son los encargados de repartir esos apoyos o de gestionar apoyos para los habitantes de la localidad. Así mismo, cuando hay un conflicto entre personas en la localidad, los Delegados son los responsables de informarse y hacer los procesos necesarios para mediar la situación. Se recurre a las autoridades del municipio cuando los habitantes necesitan actas informativas, constancias domiciliarias, o existiera alguna queja de demanda entre las personas (Trabajo de campo, 2020).

Con respecto a la **organización económica**, se observó con respecto a los ingresos familiares, que tanto el hombre y sobretodo actualmente la mujer, son encargados de proveer la economía del hogar; los hombres dedicándose a oficios como albañilería, carpintería, mecánica o como comerciantes. Mientras que las mujeres, se han insertado al campo laboral como empleadas domésticas, comerciantes locales o ambulantes, o se quedan al cuidado de los hijos.

Al mismo tiempo se observó que en cuanto a la obtención y preparación de alimentos, la mujer es la principal encargada de cocinar y preparar los alimentos

para la familia, mientras que los hombres son los encargados de proveer el recurso económico. Esta situación se dá en las familias tradicionalistas, ya que su manera de pensar está regida bajo las prácticas y enseñanzas de sus antecesores.

Con respecto a los servicios comerciales y centros de abasto, lo que se encuentra en el barrio de San Pedro son principalmente tiendas locales, que ofrecen productos industrializados, también podemos encontrar tiendas locales o misceláneas, hay ocho recauderías donde se ofrece frutas y verduras de temporada, tres carnicerías que ofrece a los habitantes principalmente carne de cerdo y de res, ya que es lo de mayor consumo, además de la carne de pollo, por lo que hay seis pollerías. Cabe destacar que estos negocios, están situados en la zona centro del lugar, la estructura que tienen son locales comerciales y los dueños son originarios del mismo barrio.

En cuanto a los mercados, encontramos en la cabecera municipal de Almoloya de Juárez el mercado “Benito Juárez”, donde se vende una variedad de alimentos a través de diversos giros comerciales (pollería, carnicería, verduras, frutas, semillas, tacos, abarrotes, cremerías) y artículos para el hogar (florerías, locales de ropa, zapatos, cerrajería, cosméticos, productos chinos y juguetes). Los habitantes del barrio acuden al tianguis en la cabecera municipal el día domingo, ubicado a un costado del Auditorio “Luis Donald Colosio”. El tianguis puede considerarse uno de los principales centros de abasto para la población de San Pedro, ahí encuentran, fruta de temporada, verduras, semillas, abarrotes, tacos y comida. También se encuentran objetos como ropa, zapatos, libros, cosméticos, entre otros artículos. Los habitantes también acuden para su abasto al centro comercial Bodega Aurrera, que se encuentra en la primera sección de la Cabecera, o al Centro Comercial Garis, ubicado en el municipio de Zinacantepec (Trabajo de campo 2021).

El ciclo agrícola que se lleva a cabo en la localidad, es de temporal. Desde el mes de marzo comienza la preparación de la tierra, limpiando para quitar la hierba y basura que se acumula, así mismo se esperan las primeras lluvias de abril para que

la tierra se humedezca y este blanda, para comenzar a sembrar. La tierra guarda humedad, por si las lluvias se atrasan, pero también se espera que las lluvias puedan llegar a tiempo; para que se puedan recoger considerables cosechas. (Trabajo de campo 2020).

Los hombres son los encargados de cultivar, mientras que las mujeres ayudan a limpiar la milpa, o a llevar la comida hacia los terrenos, mientras que los hijos ayudan a limpiar la milpa o a escoger la semilla y cuando es tiempo de cosechas ayudan a cosechar los terrenos, a cargar los costales de maíz o a quitar el zacate. De manera precisa todos los integrantes de la familia colaboran para cultivar.

En el barrio de San Pedro se siembra principalmente maíz, convirtiendo las milpas en policultivo, ya que además de sembrar maíz, también siembran haba, chícharo, frijol, calabaza y se colectan algunos quelites, tales como las malvas o cenizos. Pero cabe señalar que el cultivo es minoritario, ya que pocas familias tienen terrenos para cultivar o simplemente han perdido el interés por cultivar. Antes se podía sembrar y todo lo que se sembraba se cosechaba, ahora la situación ha cambiado, pues las tierras se han vuelto infértiles debido al uso excesivo de los pesticidas, fertilizantes, mata hierva y todos los productos químicos que se le han agregado a los cultivos; eso ha hecho que ya no salgan quelites, o disminuya la producción y por tanto, el número de mazorcas, ya que anteriormente se recogían más costales de maíz (considerando el terreno, por ejemplo donde antes se recogían 15 costales de maíz, actualmente se recogen cinco o siete costales). (Trabajo de campo, 2020).

Anteriormente se utilizaba como fertilizante el excremento de los animales (vacas y becerros principalmente), para mantener la milpa en buen estado. Actualmente, ya no se utiliza estrategia y prefieren la inserción de agroquímicos, ya que los procesos para eliminar las malezas (exceso de hierba), así también para que el maíz crezca sin plagas, de manera rápida y que la mazorca esté grande.

En cuanto al calendario creyente agrícola, las siembras comienzan a principios de abril y el 15 de mayo, es una de las principales fiestas en la religión católica, se festeja a San Isidro Labrador, las personas acuden a misa en la parroquia del centro de Almoloya, además de llevar consigo una cruz forrada de colores para plantar en la misa; se tiene la creencia de que con esa cruz, la cosecha quedará bendita y obtendrán una generosa cosecha. Otra celebración importante relacionada con el ciclo agrícola es la de San Juan, en donde se realizan ceremonias para pedir las lluvias y propiciar el cultivo (Trabajo de campo, 2020).

Económicamente los hogares se abastecen de gas LP para satisfacer las necesidades básicas, para ello acuden a solicitar el servicio de llenado de tanque en el barrio vecino de San Miguel Almoloyan, también pasa una camioneta que vende el gas y recorre las calles ofreciendo su producto. Así mismo, se puede encontrar que en el año 2020, las familias cuentan con calentadores solares que permiten el abastecimiento de agua caliente, evitando el uso de gas (Trabajo de campo, 2020).

En cuanto a la **organización religiosa** del Barrio de San Pedro, se observó que cuenta con un templo católico conocido como “Santuario del ojo de agua” No se sabe en qué año fue construida, aunque se dice que pudo ser a principios del siglo XVII. Se considera que al menos el 90% de la población, es creyente de la religión católica.

Las principales festividades religiosas son tres: la primera se realiza el día 21 de junio, para festejar al señor San Pedro, la segunda es el 21 de septiembre, se festeja al señor San Mateo y la última, es el día 8 de diciembre, para celebrar a la inmaculada Concepción. Durante estas fiestas se realiza una danza tradicional en la comunidad, que es la danza de las pastoras. Para llevar a cabo estas celebraciones católicas, se cuenta con la organización de los fiscales, son 12 fiscales; tres de ellos son considerados como fiscales mayores, y tienen

responsabilidades en el templo, pasan a recolectar dinero para hacer posible las fiestas patronales, a través de cooperaciones voluntarias por familia. Cada uno de los fiscales, se distribuyen por zonas estratégicamente, para recolectar el dinero y lograr la cooperación de los habitantes. Tal actividad se realiza con tres o cuatro meses anticipados, las familias aportan un aproximado de 250.00. Quienes cooperaron, son mencionados el día de la fiesta patronal, eso dá prestigio a las familias.

Fachada e interior del Templo principal del barrio de San Pedro



Fuente: Trabajo de campo V.E.E., 2021.

En el principal templo católico “Santuario ojo de agua”, acuden los habitantes alas misas dominicales, también hay una formación eclesíástica para los niños que quieran recibir sus sacramentos religiosos. El santuario del ojo de agua, es un manantial que desde el inicio ha sido de gran importancia para las personas, principalmente para las mujeres, ya que existe una relación simbólica con la Virgen de la Conchita; se cuenta una leyenda al respecto que explica que *“la virgen apareció en una representación de una niña muy bonita que cuidaba pipilitos se le apareció a unos peregrinos que quería que le construyeran una capilla y como los peregrinos no le hicieron caso los dejo encantados en piedra en el cerro, después se le apareció a otras personas y les dijo que quería que le hicieran su capilla y esas*

personas si se le hicieron caso porque tenían miedo de que los encantaran como aquellos que no hicieron caso” esa es la leyenda que se cuenta en el barrio de San Pedro referente a la construcción del templo y el nacimiento de su manantial (Entrevista a Matilde Domínguez Esquivel, 2020). En la parte de trasera del templo se encuentra un escurrimiento de agua, es el nacimiento de agua, que pasa por debajo de la construcción del templo hasta llegar al manantial en donde se cuenta una leyenda, se dice que en el manantial hay un cabello de la virgen que separa el agua limpia del agua sucia y que cuando la virgen se enoje va a juntar las dos aguas y se va a secar el manantial.

Santuario ojo de agua



Fuente: Trabajo de campo V.E.E., 2021.

En la parte de trasera del templo, se encuentra un escurrimiento de agua, es llamado “el nacimiento de agua”, que pasa por debajo de la construcción del templo, en donde se cuenta otra leyenda, se dice que en el manantial hay un cabello de la Virgen que separa el agua limpia, del agua sucia y que cuando la Virgen se enoje, va a juntar las dos aguas y se va a secar el manantial.

Escurrecimiento de agua y manantial



Fuente: Trabajo de campo V.E.E., 2021.

Es importante mencionar que este manantial del santuario llamado “ojo de agua”, es relevante en cuestión de la cultura alimentaria del lugar, ya que antiguamente de este lugar se extraían alimentos para el consumo humano, por ejemplo, peces, charales, ajolotes, sanrraje¹ y berros.

Así mismo, antes de que el barrio contará con el servicio de agua potable, las mujeres acudían al lugar a lavar ropa, trastes o cualquier artículo que se necesitara lavar. Actualmente también acuden a lavar, pero las personas son de otros barrios. El manantial de San Pedro “ojo de agua” es el único que abastece de agua a la localidad (Trabajo de campo, 2020).

¹ Planta comestible que crece en el agua, es parte de la gastronomía de la localidad de Barrio San Pedro, Almoloya de Juárez.

Capítulo III

CULTURA ALIMENTARIA Y SIGNIFICADO SIMBÓLICO EN MUJERES EMBARAZADAS DEL BARRIO DE SAN PEDRO, ALMOLOYA DE JUÁREZ, MÉXICO.

3.1 Tipo de alimentación

El presente capítulo tiene por objetivo dar a conocer la cultura alimentaria en las mujeres embarazadas o que han estado embarazadas, en el barrio de San Pedro, Almoloya de Juárez, Estado de México. Ello se hará a través del trabajo de campo realizado en el lugar, así como con los resultados obtenidos por los medios de comunicación tecnológica utilizados, tales como: llamadas telefónicas y mensajes de WhatsApp, debido a la situación sanitaria de pandemia vivida por la COVID-19 en los años 2020, 2021 y 2022.

La alimentación juega un papel determinante en el proceso de embarazo, ya que se encuentran elementos claves para analizar en esta etapa de la vida de las mujeres, por ejemplo, los remedios usados contra las náuseas y mareos, así como el abandono del trabajo, la satisfacción de antojos, las prohibiciones o tabús referentes a la comida y a las relaciones sexuales, también los ritos, ceremonias y prácticas simbólicas, realizadas durante el embarazo y el parto.

En cuanto al tipo de alimentación de las mujeres embarazadas, es variada y relacionada a los hábitos alimentarios influidos por su cultura, ya que cada una de ellas es diferente. De acuerdo al resultado obtenido de los 38 cuestionarios, aplicados en una primera etapa de la investigación y de 7 entrevistas aplicadas en una segunda etapa, me permitiré describir la cultura alimentaria de mujeres embarazadas, antes, durante y después del embarazo.

De acuerdo a los datos obtenidos; se aprecia que el tipo de alimentación depende de los recursos económicos familiares, así como de lo que se tiene en la comunidad o en el lugar donde viven, también es importante considerar la temporalidad en que estas mujeres vivieron, así tomando en cuenta sus opiniones, determinamos que 5 mujeres tuvieron sus embarazos hace más de 30 años, ellas confirmaron que consumían lo que los recursos naturales que el medio les ofrecía en ese momento, así también los productos de lo que cultivaban; mientras que 33 mujeres, que son

jóvenes y han tenido un embarazo, comentaron los cambios que ellas observan en su alimentación, en la forma de obtenerlos, prepararlos y consumirlos; mencionan que sus alimentos tradicionales son combinados con alimentos procesados o industrializados. Por consiguiente, podemos señalar que anteriormente las mujeres conseguían sus alimentos de diversas maneras, pero recurriendo prioritariamente al medio natural en el que se desarrollaban, así también la preparación y el consumo de dichos alimentos, se realizaba de forma tradicional.

Tomando en cuenta lo que el medio natural les provee y considerando que el barrio de San Pedro cuenta con recursos naturales derivados de la agricultura, la población aún los aprovecha en menor medida, también es considerable decir que se observó que la gente se ha empleado en otras actividades en la ciudad, lo que ha generado que dejen la actividad agrícola, lo cual ha generado cambios en su cultura alimentaria al modificar sus hábitos de alimentación, al sumar a su dieta diaria el consumo de alimentos procesados. El manantial ojo de agua que aún existe; ha sido una fuente importante del que se han obtenido alimentos lacustres, como los charales, peces y plantas comestibles crecidas en la orilla del río.

Otros recursos naturales que existían y de donde se extraían alimentos, eran tres bordos de agua de donde se obtenían acociles, ajolotes y peces, también había plantas comestibles tales como: sanrraje², berros y papas de agua, que se cocinaban y consumían como alimentos principales. En el año 2021, dos de los bordos ya están secos, debido a que las lluvias han disminuido en los últimos años y el calor ha aumentado, el bordo que aún se conserva alberga 20% de agua que no es aprovechable, ya que se encuentra contaminada con basura que ahí se tira (Trabajo de campo 2021).

También es importante mencionar que lo que se consume como alimento, depende del alcance económico de las familias, así como de sus creencias e ideas con respecto a los alimentos. Las mujeres embarazadas del lugar con las que se trabajó,

consideran relevante seguir las indicaciones que los médicos recomiendan en el aspecto alimentario, ya sea que acudan al sector público o privado; pero eso sólo es por seguir una trayectoria médica en la institución que las atiende, sin embargo, sus creencias tradicionales en torno al consumo de alimentos, continúan practicándolas.

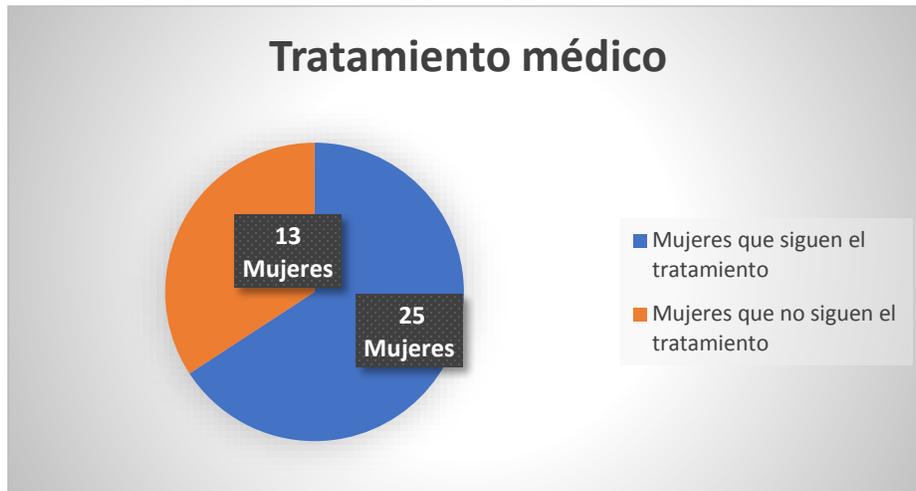
A continuación, se presentan dos argumentos derivados de las entrevistas y relacionados al consumo de alimentos tradicionales:

“Pues yo me case muy chica y luego tuve a mi primer hija, mi suegra me decía que tenía que ser una mujer que tuviera hijos a como Dios mandara. Me decía que tenía que comer lo que había en la casa, lo que la milpa nos daba. Me acuerdo que íbamos a la presa que antes estaba, ahora ya no está, ahorita ya se secó, pero antes íbamos a traer quelites, papas de agua o acociles y con eso, le daba de comer a mis hijos” (Trabajo de campo, marzo 2021, Anónimo).

“Pues yo me case a los 17 años y tuve que aprender a sobrellevar mi matrimonio, yo me alimentaba de lo que había en casa, por eso tuve que aprender a comer de todo, mi suegra nos llevaba a buscar acociles a la presa, actualmente seca y con basura, para que comiéramos; mis suegros tenían terrenos en los que sembrábamos maíz, haba, chícharo, calabaza y huazoncles, también salían quelites como las malvas y los cenizos. Y teníamos vacas, que cuando criaban nos daban leche y ya de ahí consumíamos la leche y mi suegra hacía queso. Yo pienso que es importante que se alimenten de cosas naturales, deben comer, quelites, comer habas, comer carne, pero que sea carne criolla, que todo sea natural, porque ya hasta lo que venden ya no es natural, lo de los supermercados la carne está llena de hormonas, las verduras crecen más a fuerza” (Trabajo de campo, marzo 2021, Anónimo).

La alimentación de las mujeres embarazadas, no consiste en llevar a cabo una dieta definida que guíe su alimentación, acuden al centro de salud que se encuentra en el barrio de San Pedro. Donde cada una de las mujeres que se embarazan comienzan a tener un expediente para ir registrando el proceso de embarazo e ir indicando una dieta específica, pero aquí la situación que se observó es que no todas las mujeres embarazadas siguen el tratamiento como debe ser, ya sea por cuestiones de gusto o de antojos; por ejemplo los refrescos o los azúcares en exceso están restringidos, pero por cuestión de antojo, las mujeres consumen refrescos u otro tipo de bebidas azucaradas.

De las 38 mujeres encuestadas, 25 dijeron seguir el tratamiento tanto médico como tradicional, el resto de ellas, 13 mujeres, señalaron no continuar exactamente lo dictado por su médico y por la familia; ello lo vemos reflejado en la siguiente gráfica:



Fuente: Trabajo de campo 2021.

A continuación se describirá en que consiste la alimentación de las mujeres entrevistadas antes del embarazo.

A) Alimentación antes del embarazo.

La alimentación de las mujeres antes del embarazo, depende de factores tales como el medio natural, así como lo que económicamente está al alcance de las familias, y de la temporalidad que se vive.

En cuanto a la alimentación antes del embarazo, señalaré la opinión de la interlocutora entrevistada Matilde Domínguez Esquivel:

“Por lo regular la alimentación que yo tenía cuando era pequeña, consistía por las mañanas en atole de masa, tortillas calientes y huevo, respecto a las tortillas calientes era porque en la casa mi mamá hacía tortillas, en la tarde se comía sopa aguada y frijoles, se tomaba agua de la llave, a veces comíamos malvas que se daban en la milpa, con salsa de jitomate y pasilla. Y ya los fines de semana era cuando mi papá llegaba y comíamos carne, ya sea de pollo, de cerdo o de res, ya mi mamá los guisaba con calabazas, habas o lo

que se pudiera cosechar de la milpa. Los productos que consumíamos se conseguían de lo que la milpa nos daba, por ejemplo, cuando se sembraba el maíz, luego salían los quelites de corazones, malvas, chivos, huazontles, cenizos, flores de calabaza, hongos de maíz. O a veces, junto con el maíz se sembraba calabaza, haba o chícharo. También mi mamá nos mandaba en tiempos de lluvia, a buscar hongos de llano, porque como no había tantas casas, salían muchos hongos. También mi familia tenía vacas, de ahí sacábamos la leche y hacíamos requesón, criábamos gallinas y cuando ya estaban buenas mi mamá nos hacía caldo de gallina, o mataban un borrego y comíamos carne” (Trabajo de campo, entrevista a M.D.E. 2020).

Entre lo que ha destacado otra interlocutora entrevistada, que es la señora Margarita Fabila, menciona que anteriormente era nula la ingesta de alimentos industrializados, lo cual daba pauta para comprender que la alimentación consistía en lo que el medio les proporcionaba. De igual manera, indicó que la carne no se consumía de manera permanente, sino solo los fines de semana, que era cuando las personas que trabajaban, les pagaban y podían adquirirla (Trabajo de campo, entrevista a M.F. 2020).

Así mismo, cabe destacar que cada una de las familias del barrio, varía su alimentación debido a la zona en que estas se encuentran localizadas, o dependiendo de su estatus social y por tanto de su poder adquisitivo, así se observó en las familias que viven o vivían en la periferia del lugar, solo acceden al centro del municipio de Almoloya de Juárez una vez por semana, para abastecerse de lo necesario.

En el momento del embarazo, se encuentran datos que son importantes mencionar, el 30% de las mujeres con las que se trabajó, dijeron que no tenían planeado tener un embarazo, por lo que al inicio no sentían ningún síntoma, por tanto su alimentación sigue siendo la misma, hasta el momento en que se realiza la prueba

de embarazo, es cuando moderaron su alimentación. En comparación con las mujeres que sienten los síntomas, ellas comenzaron a restringir ciertos alimentos como el alcohol, el cigarro, la sal y el exceso de azúcar. En los casos, que se presentan ascos, restringieron los alimentos que los ocasionan.

B) Alimentación durante el embarazo

Las 38 mujeres encuestadas, dijeron que su alimentación está basada en verduras, frutas y alimentos de origen animal, así como se muestra en la siguiente gráfica:



Fuente: Trabajo de campo, 2021.

Se les consultó también con respecto a los líquidos que consumen las mujeres embarazadas, el resultado se muestra en siguiente gráfica, las opciones fueron: agua simple, refrescos (cualquier tipo de refrescos), jugos naturales (cualquier fruta) y agua de frutas:



Fuente: Trabajo de campo 2021.

De acuerdo con los resultados anteriores, podemos afirmar que durante el embarazo, el 63% de las mujeres con las que se trabajó, prefiere el consumo de agua natural, ello indica que de alguna manera al saber que están en ese estado, procuran cuidar su salud, porque así se los han inculcado durante su educación en familia y también por disposición médica.

Por ejemplo, el caso de la señora Margarita Domínguez Esquivel, que tiene cinco hijos, comentó que durante el proceso de gestación no tuvo una dieta balanceada, pues su alimentación consistió de acuerdo a lo que había en casa, así dijo:

“En el desayuno consumía un café, té o leche con pan, en la tarde consumía lo que estuviera al alcance de su economía, por ejemplo, frijoles, lentejas, carne, comidas capeadas, pollo, sopa aguada y ya en la tarde, un té, café o leche con pan” (Trabajo de campo, entrevista a M.D.E. 2020).

La alimentación durante el embarazo, se realiza en tres tiempos durante el día, el desayuno o almuerzo, la comida y la cena. En el caso del desayuno y/o almuerzo; consiste en consumir café de olla, pan, leche o té (manzanilla, canela, frutas o de limón); el almuerzo consiste en quelites, papas hervidas y/o huevos de gallina, frijoles, salsa verde o roja y tortillas. Para el caso de la comida, se realizan guisados tales como huevo en salsa verde, frijoles con huevo, arroz, quelites en torta (capeados con huevo), papas hervidas o pollo en caldo con verduras; todo esto acompañado con tortillas, en algunas ocasiones las tortillas se elaboran en casa o se compran. Finalmente durante la cena, se acostumbra consumir lo que sobró en la comida, o se prepara un nuevo guisado (depende de los gustos de la familia).

En cuestión de antojos, se tiene la creencia que la mujer embarazada debe satisfacer los antojos, pues de lo contrario las consecuencias recaen en el bebé, se cree que el bebé nacerá “cusco”². Otra consecuencia, con respecto a los antojos, es que si la mujer embarazada, no satisface sus antojos, tendrá malestar en el vientre.

De acuerdo a las encuestas, existen alimentos que son prohibidos para las mujeres embarazadas, tales como el exceso de grasas, sal, azúcar, chile, refrescos y comida chatarra. Eso justamente, es lo que a las mujeres se les llega a presentar en forma de antojo. Por eso, la familia considera cuidar y estar al tanto de las mujeres en estado de embarazo.

Finalmente, otro elemento acerca de ingerir alimentos o bebidas durante el embarazo y sobretodo cuando se está a punto de tener el parto, se cree que tomar un té preparado con una planta medicinal llamada “saca muchacho”, es necesario hacerlo; con la finalidad de lograr dar a luz sin problema; las mujeres entrevistadas comentaron que anteriormente lo ocupaban ³las matronas para que el parto no se complicara, ya que según la creencia, el té ayudaba a sacar el bebé.

² Según la información obtenida, significa que el bebé será glotón, comelón o hambriento.

³ Significa partera.

C) Alimentación después del embarazo

Después del embarazo, los resultados muestran que las mujeres se alimentan de verduras tales como las calabazas, zanahoria, brócoli y quelites, también de alimentos de origen animal, principalmente el caldo de pollo con verduras, así también como el pescado, quesos, leche, frutas como manzana, plátano, durazno, pera y papaya.

Lo que está estrictamente prohibido consumir cuando el parto fue por cesárea, es comer papa, carne de cerdo, frijoles, haba seca y lenteja; ya que se tiene la creencia que se infecta la herida y no sanará pronto, es por ello que las mujeres no deben comer esos alimentos hasta después de los 40 o 50 días de haber tenido su parto.

Después del parto, se recomienda durante el desayuno tomar atole de masa con piloncillo y canela, té de limón, té de cedrón o agua tibia, tacos de queso doble crema, verduras como calabaza, zanahoria y brócoli cocinadas al vapor. Se recomienda por parte de las mamás, suegras y abuelas, comer queso, huevo y caldo de pollo para recobrar fuerza. En cuanto a la bebida, se consume té de árnica (preferentemente) para sanar las heridas, o atoles, para que la mujer se recupere lo más pronto posible.

Durante la comida, se recomienda que la alimentación de la mujer esté basada en caldos de pollo con verdura, sopa aguada, huevos hervidos o revueltos, pescado asado con verduras o quesadillas. Para tomar, se recomienda agua tibia o pulque; ya que se cree que esta bebida, contiene varios nutrientes que ayudan a la recuperación de la mujer. Para la cena, las abuelas recomiendan continuar tomando atole de masa, o de harina de arroz, leche, queso y verduras.

Por parte de los médicos; las mujeres embarazadas no tienen restricciones en cuanto a la comida, pueden ingerir todos los alimentos en cantidades considerables. Pero esta recomendación no es llevada a cabo, debido a las creencias que se tienen en la comunidad, ya que de hacerlo así, las mujeres pueden presentar malestares;

sobretudo como se dijo anteriormente, si el parto fue por cesárea, según las creencias, está prohibido comer carne de cerdo, pan, nopales, frijoles, habas, o chicharos, esto porque se piensa que son comidas inconstantes⁴, que no permiten que la herida sane, por el contrario hace que se infecte. También se recomienda evitar los alimentos fríos y calientes, ya que se dice descontrolan la temperatura corporal, como es la cebolla, la sandía y los nopales.

Para las mujeres que tienen un parto normal, se recomienda comer con más variedad, aún así se cree también que es importante evitar los alimentos fríos, como el nopal, el atole agrio, sandía, naranja, piña y mandarina; con la intención de propiciar que el bebé enferme de cólicos, diarrea, o vómito.

Con respecto a la alimentación de los recién nacidos, es necesario que la madre logre producir leche y nutrir con ésta, los primeros meses de vida de los nacidos; para ello, debe tomar líquidos calientes, ya que es relevante que el bebé se alimente del pecho de la madre, eso ayudará a su desarrollo y a generar defensas. Si por alguna situación la madre no llegara a producir leche, se recurre a la fórmula, que es administrada por el médico; en algunos casos se recomienda combinar la leche materna con la fórmula.

3.2 Significado simbólico de la alimentación durante el embarazo

Considero relevante este apartado, ya que la antropología es la ciencia que se dedica al estudio del hombre, profundizando la parte simbólica que emana de éste. Todo lo que rodea a los grupos humanos, puede llegar a tener un significado simbólico; ese significado va trascendiendo de generación en generación y aunque de alguna manera sufre cambios, o modificaciones, la intención a lo largo del tiempo, es la misma; tal acción tiene que ver con la transmisión y preservación de la cultura.

⁴ Significa alimentos irritantes que pueden ocasionar inflamación, o infección en la herida.

El ser humano no solo vive en un mundo físico, sino también simbólico; desde la antropología se ha analizado el significado simbólico que se le otorga a los alimentos, particularizando en ello podemos decir de acuerdo a lo observado, que en el momento del embarazo se simboliza lo que se consume, e incluso se llega a prohibir alimentos por cuestiones de ideas y creencias transmitidas y aprendidas a lo largo de la vida; por ejemplo en el barrio de San Pedro, se cree que tener ascos durante el embarazo es causa de efectos nocivos a la salud, tanto de la madre como del bebé, ante ello es necesario que cuando la mujer presenta ascos, se le entienda y tenga paciencia, porque de lo contrario el estado de ánimo cambia y eso afectará al bebé. Esto es considerado una creencia para la comunidad, una creencia que es compartida y reproducida a nivel social y cultural.

En el barrio, se observó que el embarazo es una etapa relevante e importante, tanto para la familia como para la comunidad, pues de alguna manera es un estado del cuerpo humano al que se le atiende de manera prioritaria. Por ello y de acuerdo al trabajo de campo realizado, se encontró que el grupo de mujeres embarazadas, madres, suegras, parteras o médicos del barrio, han determinado lo que es importante y lo que se deberá comer durante esta etapa de gestación.

El uso y consumo de plantas medicinales, juega un papel importante en el embarazo, ya que su uso conlleva un significado simbólico, por ejemplo usar y consumir té de manzanilla y de hierbabuena durante el embarazo, significa que relajará a la mujer y le calmará los dolores, ya sea de los pies o de la cintura. También y como se dijo anteriormente, se consume el té llamado “saca muchacho”, que significa que ayudará a que el parto sea más rápido y menos doloroso.

En relación a los alimentos, se pudo observar que las mujeres de avanzada edad sugieren consumir durante el embarazo alimentos que sean de origen natural, tales como los quelites, las papas, la fruta de temporada, las verduras que se dan en la milpa como habas, chicharos, maíz, frijol, calabaza, ya que ello significa que se contribuye a mantener un estado sano, tanto para la madre como para el bebé, por

lo que las madres y abuelas recomiendan en mayor medida el uso de esos alimentos y sólo en caso extremo consumir alimentos procesados. También si la familia cuenta con animales domésticos, se recomienda sacar provecho de ellos, pues si tienen vacas, pueden extraer la leche natural y hacer quesos, requesón, o consumir la leche de manera natural, así como si tienen gallinas, pueden consumir los huevos o matar la gallina y obtener la proteína a través de la carne, así también como con los borregos, se puede consumir su carne, o los patos.

Mientras que cuatro mujeres jóvenes que se entrevistaron, de un total de siete, optaron por consumir alimentos enlatados, comprados en el mercado o alimentos ya preparados; las tres restantes optaron por el consumo de alimentos naturales procedentes del cultivo. Esto, se da por diferentes factores, entre ellos la falta de tierra para sembrar, o desinterés, o falta de tiempo para preparar los alimentos de forma casera, sin considerar las consecuencias del consumo de estos alimentos procesados, tanto en la madre como en el bebé. Las abuelas dicen, que estos alimentos procesados pueden llegar a provocar cáncer y afectar a los huesos, provocar diabetes y sobrepeso.

Así mismo, se puede analizar que se le otorga una carga simbólica a los objetos o animales que rodean a las mujeres en estado de embarazo, tal es el caso del perro, que se cree que si un perro esta acostado en el suelo y la mujer embarazada pretende pasar por encima del perro, al momento del parto sufrirá mucho, pues el bebé tardará para nacer.

También se tiene la creencia y no necesariamente relacionada con la alimentación, de que todas las mujeres desde que tienen conciencia que están embarazadas, deben usar dos seguritos en forma de cruz o de equis, para evitar que el bebé sea carcomido de alguna parte de su cuerpo por un fenómeno lunar, con los seguros el bebé estará protegido; por eso la mamá nunca debe olvidar usar los seguritos hasta que nazca el bebé.

De acuerdo con las creencias anteriores, durante el embarazo en el caso de la señora Margarita Domínguez Esquivel, según sus creencias considera que cuando se presentara un eclipse, debía ponerse un par de seguros en forma de cruz sobre la blusa, justamente en el ombligo ya que se cree que ahí está la unión con el bebé, además de no salir cuando hay eclipses, ya que puede ser dañino para el bebé, porque puede salir carcomido de alguna parte de su cuerpo. Otra creencia de las mujeres durante el proceso de embarazo, es que no deben sentarse en la puerta, ya que al momento de dar a luz el bebé no nacerá pronto, por tener al bebé en la puerta esperando. Otra creencia, es que durante todo el embarazo deben caminar mucho, de lo contrario el bebé se pegará en el vientre y a la mujer le costará trabajo tenerlo (Trabajo de campo, entrevista a M.D.E. 2020).

El 97% de las mujeres entrevistadas, son pertenecientes a la religión católica, lo que respalda ese tipo de creencias, así como la forma de compartirlas o transmitir las dentro del grupo familiar. Por tanto, las creencias relacionadas a otros cultos religiosos, son rechazadas por las mujeres que formaron parte del grupo estudiado. La siguiente gráfica muestra la religión que practican las mujeres encuestadas:



Fuente: Trabajo de campo, 2021.

Desde los diferentes puntos de vista de las mujeres entrevistadas, se observó que cada uno de los partos son diferentes, pues hay padecimientos en el embarazo tales como la preclamsia, u otros que pueden surgir de forma espontanea; lo que obliga a que el parto se adelante; también por cuestiones de los kilogramos que pesa el bebé después del parto, según sea por cesárea o natural, implica que la mujer deberá recuperarse durante algún tiempo, ello obliga según sus creencias a restringir ciertos alimentos, como ya se dijo anteriormente.

Las mujeres que han dado a luz, son bañadas por sus suegras o sus mamás con “hierbas calientes”, tales como la jara, pericón, árnica y romero, éstas se recolectan en el campo, o se compran en el mercado de Almoloya. La importancia simbólica de este acto, es que sólo debe ser realizado por mujeres, con la creencia de que al hacerlo, la mujer que ha dado a luz, pueda sacar todo el frío de su cuerpo y de esa manera recuperarse del parto.

Se recomienda que los recién nacidos, deban ser amamantados cuando lloren, ya que es un signo de que tienen hambre; en inicio se sugiere alimentarse de los “calostros”, que son los primeros coágulos de leche que se forman en los senos de las madres. Se cree que hacerlo de esa manera, permitirá crear defensas en el cuerpo del bebé, propiciando fortalecerlo para tener un buen desarrollo y evitar que sea enfermizo. Después de tres meses, es tiempo de alimentar al bebé con papillas elaboradas de fruta hervida o verduras, como pera, manzana, guayaba, plátano, zanahoria, calabaza o brócoli. A los seis meses, es propicio alimentar con caldo de pollo, atoles, frutas y verduras; así sucesivamente va aumentando la ingesta de alimentos, todo depende de las costumbres de cada familia y de su economía.

3.3 Ritual y alimentación

Se observó que los alimentos tienen una carga ritual, desde el momento de la obtención, cocción e ingestión de los mismos, ya que cada una de las mujeres y sus familias, lo hace de manera diferente.

Comenzaremos por describir el proceso de obtención de los alimentos, en primer término encontramos que en la comunidad la principal fuente de alimentación es el maíz, con este producto se realizan tortillas para el consumo familiar. De tal modo, que las familias siembran maíz en la milpa, ya que cuentan con terrenos que permiten el cultivo de este alimento. El sistema milpa, funciona como fuente de alimentación importante, realizan el policultivo, sembrando además de maíz, frijol, calabaza, habas y/o chícharo, también se colectan los quelites, como los huahuzoncles, además de que la misma tierra produce otros tipos de quelites como las malvas, los cenizos, entre otros.

Es importante mencionar que además de todo el proceso de cultivo, es importante para las familias que siembran, la realización de una serie de rituales, ya que se tienen creencias que se comparten en la comunidad. Uno de los rituales con mayor importancia que se realiza y está relacionado con el cultivo, es el que se realiza el día 2 de febrero, con la bendición de las semillas, posteriormente día 3 de mayo, que es el día en que se celebra a la Santa Cruz. El ritual consiste en elaborar una cruz de madera de 30 a 40 cm de alto, por 20 de ancho y adornarla con papel china de colores diferentes, posteriormente se debe bendecir esta cruz llevándola a la misa, para que el sacerdote la pueda bendecir. La cruz, se debe plantar en el centro de la milpa, con la finalidad que quede bendita y haya buenas cosechas. La gente del barrio considera que quienes no hagan este ritual en sus milpas, no obtendrán buenas cosechas durante ese año.

Otro ritual, es el hecho de que la población considera que quien debe comprar y preparar los alimentos, es la mujer, pues tiene experiencia y conocimiento al respecto. Si una familia acude al tianguis o al mercado, e incluso a la tienda, la mujer es la responsable de elegir los alimentos, verduras y frutas, ya que además de tener experiencia en la elección, ella es quien va a preparar esos alimentos. Es por ello, que cuando una niña va creciendo debe acompañar a la madre para aprender como seleccionar las buenas verduras. En relación a este punto, también se observó que en el momento de la preparación de los alimentos, la mujer es la encargada de prepararlos y servirlos, pues previo a su consumo, los alimentos deben ser

bendecidos por ella, o por el jefe de la familia. En el momento de la preparación, la mujer debe tener en cuenta el gusto de la familia, por ejemplo si debe poner picante, sal, pimientos y especias en general, considerando sobretodo si los integrantes de la familia pueden, o no consumirlos.

Las frutas y verduras, son compradas en el tianguis que se realiza en el centro del municipio de Almoloya y otras son propias de la región, tales como la pera, el ciruelo, la manzana, los tejocotes y las tunas. Es importante aclarar que no todas las familias del barrio cuentan con árboles frutales, pero las que llegan a tenerlos comentan que se debe cuidar el árbol desde el momento en el que se planta, ponerles abono ya sea de desperdicio de las frutas, o abono preparado. Se le debe regar agua todos los días y pintar el tallo con agua de cal, esto lo deben hacer cuando la luna está llena, con el objetivo de que produzca la mayor cantidad de frutos, también para que no se le acerquen los insectos y evitar que las frutas sean carcomidas.

En cuanto a la cocción de los alimentos, las mujeres prefieren cocinar en los utensilios de barro, pues se dice que la comida tiene un mejor sabor en comparación con los sartenes de peltre. La parte ritual al momento de la ingestión de los alimentos, es cuando las familias se reúnen para comer, ya que según las creencias es mal visto que cada uno de los integrantes coma por su cuenta; ello simboliza que el consumo de alimentos, representa la unión y socialización de los integrantes de la familia.

3.4 Alimentos prohibidos durante y después del embarazo

En el proceso del embarazo existen alimentos que se consideran tabú, ya que de acuerdo al pensamiento y creencias de las personas son determinan de acuerdo a su cultura se consideran malignos para el bebé o para la madre.

Durante el embarazo, hemos encontrado reiteradamente tabúes, supersticiones y prohibiciones que sirven para eliminar o reducir fuentes potenciales de proteínas de la dieta femenina durante la menstruación, el embarazo o la lactancia. (Harris 1989:295),

En primer lugar abordaremos los alimentos rechazados y/o prohibidos en el momento del embarazo tanto por la madre tanto como por las personas que cuidan de ella. De acuerdo a los cuestionarios realizados en la comunidad, se puede analizar que uno de los principales alimentos considerados tabú son los alimentos que contengan exceso de picante; esto se debe a que cuando el bebé nazca puede nacer con mucho puntitos o granitos rojos en la cara esto se le conoce como chincual.

También el alimento prohibido es la sal, no se debe comer en exceso debido a las creencias que se tienen de que el bebé puede salir lagañoso, así mismo las mujeres consideran que el exceso de sal es un factor determinante de la preclamsia, por eso la evitan. Tampoco se debe comer nopales, porque son alimentos considerados fríos, tampoco el atole agrio, ni la sandía, porque cuando esos alimentos llegan al bebé le pueden provocar molestia. Así también se evita los alimentos chatarra porque le afecta al desarrollo nutricional del bebé.

La siguiente gráfica, muestra el número total de mujeres entrevistadas, los alimentos que ellas consideran importante ser evitados o consumidos durante el embarazo:



Fuente: Trabajo de campo 2021

En cuanto a los líquidos, se cree que no se debe tomar el agua fría, porque le puede dar dolor al bebé, se recomienda tomar agua tibia; tampoco tomar refresco porque al bebé le hace daño todo el gas que contiene, es dañino para el bebé. Así mismo deben ser restringidas todas las bebidas que contengan alcohol. Y el café es también restringido.



Fuente: Trabajo de campo 2021.

Después del parto también están restringidos alimentos, debido a que afectan a la madre o al bebé. De acuerdo con los resultados, es que se restringe principalmente el consumo de todos los tubérculos tales como las papas, los camotes, guacamotes y zanahorias.

Esto es restringido porque se tiene la creencia de que el bebé se puede estreñir ya que al succionar la leche van nutrientes de dicho tubérculo. Además de que cuando se realiza un parto por cesárea se debe restringir este alimento, ya que la herida se puede enconar y tardará más tiempo en sanar, e incluso puede abrir la herida nuevamente.

Tampoco se acepta el nopal, frijoles, lentejas, arroz, habas secas, chicharos y garbanzos, pues al bebé le hace daño causando que sufra de estreñimiento y de dolores en el estómago.

El consumo de pan también está prohibido porque el bebé se estriñe, y causa dolores en el estómago de la madre. Cuando esto llega a pasar al bebé se le pone una pomada tradicional en el estómago conocida como “pan puerco” ya que tiene la función de desinflamar y calmar el dolor. Otra alternativa es darle manteca de cerdo natural al bebé para que pueda hacer del baño. Después del parto está restringida la carne de cerdo de igual manera se manifiesta en el bebé saliendo granitos pequeños en el cuerpo, conocido como “chincual”.

En cuanto a las frutas, están prohibidas las que se consideran “frías” tales como la papaya, piña, sandía. Estos le causan malestares en el pecho al bebé. La fruta que también estriñe a los bebés es el plátano.

Así mismo después de las mujeres (de avanzada edad), les decían que después del parto tenían que tomar un litro de pulque por las mañanas y uno por las tardes para que su cuerpo produjera más leche, para que los bebés se pusieran sanos y crecieran sin enfermedades. Además de los “tés” de plantas medicinales como el té de manzanilla y/o hierba buena, para evitar cólicos en la madre y en el bebé, té de árnica para sanar la herida en caso de que el parto fue por cesárea. También se considera que el tomar agua caliente o tibia produce más leche en la mujer, por lo cual es recomendado.

Se encontraron resultados en donde se restringe acercarse a cosas u objetos, tales como no acercarse al fuego porque el bebé resentía las molestias, No bañarse con agua fría porque al bebé le podría dar bronquitis. Usar los seguros en forma de cruz para evitar que los eclipses o cualquier otro fenómeno lunar se carcomieran alguna parte del cuerpo del bebé.

“Yo me cuidaba en el aspecto de no cargar cosas pesadas porque si no podía abortar, no podía comer el limón, el nopal crudo o cosidoya que la baba hace que el bebé sea arrojado, también el orégano ya que dicen que si comes mucho cuando estas embarazada puedes abortar, el refresco y el café tampoco se deben tomar. También me decían que era muy importante ponerme los seguros en forma cruz en el vientre para los eclipses porque si no mi bebé iba a salir carcomido de la cara” (Maribel Valdés, Trabajo de campo 2021).

“No tenía que atravesar el perro porque si no me iba a doler mucho en el momento del parto, era mejor dar la vuelta al perro. También tenía que usar mis seguritos en el ombligo para proteger al bebé de los eclipses para que no naciera carcomido. La partera me acomodaba a mis muchachos cuando venían atravesados para que no me doliera al momento del parto, también me decía que tenía que caminar mucho para aflojar al bebé y cuando se acercaba el parto tenía que tomar mucha agua con un poquito de aceite comestible para que resbalara el bebé” (Anónimo, Trabajo de campo 2021)

3.5 Fragmentos de historia de vida de mujeres embarazadas

Para esta investigación se considera importante rescatar el momento en que las mujeres se enteraron de que serían madres, tomar en cuenta la significación que tuvo ese acontecimiento para ellas y como es que lo llevaron a cabo (En todos los embarazos). Es por ello que se realizaron fragmentos de historias de vida en el momento del embarazo tomando en cuenta a 7 mujeres que están embarazadas o que han tenido un embarazo, teniendo en cuenta que es una muestra a nivel micro. Se realizó un muestreo; el total de mujeres es de 1869, pero no todas son embarazadas, por lo tanto solo se pudo entrevistar a las mujeres que me dieron la oportunidad de ir a sus casas a realizar la entrevista.

Para iniciar este apartado comenzaremos con el *primer fragmento* de historia de vida de la señora Ana Fernanda Sánchez Martínez.

“Durante mi primer embarazo recuerdo que cuando supe que estaba embarazada fue al primer mes, por lo cual acudí a un médico de las farmacias similares ahí fue cuando me hice la prueba de embarazo fue la de orina en ese momento solo me dio vitaminas, ácido fólico y me recomendó ir con un nutriólogo para asesorarme de mi nutrición. También me recomendó checar me la presión y el azúcar muy seguido. Todo seguía normal hasta el cuarto mes de embarazo fui a hacerme el ultrasonido para confirmar el sexo de mi bebé y me dijeron que era niño, me dieron otro tipo de vitaminas más completas, también me recomendaron una dieta balanceada para que se formaran bien los bebés.

A los 4 meses y medio me comenzaron los ascos, mareo y antojos, los doctores me dieron unas gotas para eliminar esos ascos y digerir bien la comida. De ese momento en adelante fueron las amenazas de aborto y estuve mes y medio en repos. A los siete meses me fui a vivir con mi mamá, pues mi parto era de alto riesgo. Afortunadamente mis bebés nacieron bien. Nacieron en el hospital Mónica Pretenili y me dieron de alta a los tres días del parto”. (Trabajo de campo, marzo 2021).

En este fragmento de historia de vida se puede analizar el tipo de alimentación que tienen en el barrio de San Pedro, ya que depende de lo que las instituciones médicas recomiendan a las mujeres, así mismo siguen los consejos de sus madres y suegras como principales consejeras.

En el *segundo fragmento* de historia de vida de la señora Maribel Valdés con la edad de 21 años de edad.

“Cuando yo me entere que estaba embarazada fue algo que no podía asimilar ya que después de que fue pasando el tiempo yo tenía demasiados problemas los primeros 4 meses fueron feos para mí porque de cierta forma mi bebé estaba recibiendo todo el miedo que yo tenía, en

lugar de ser algo bueno para mí, fue algo malo, en esos momentos caí en depresión siempre lloraba porque estaba sola.

Al paso del tiempo le echaba ganas para recuperarme, casi no comía, aunque si seguía algunos consejos, aun así se me hacía malo. Después de eso llego el día en que me iba a aliviar ya estaba un poco calmada se me adelanto mi bebé 2 meses por lo mismo de estilo de vida que llevaba. Cuando mi bebé nació me dijeron que estaba malita de su cabeza que su cabecita se le movía. Se le alteraron los nervios. Tengo la fortaleza de que ella ya se está mejorando, la estoy llevando a psicología, le tengo cuidado” (Trabajo de campo, Marzo 2021)

En cuanto al fragmento de historia de vida de la señora Maribel se analiza que ella tuvo que adaptarse al cambio, Y por su inexperiencia acudía a los consejos de su mamá para llevar un embarazo saludable, así como seguir las indicaciones médicas.

El *tercer fragmento* de historia de vida es de la señora: Marina Domínguez Esquivel. Con la edad de 36 años.

“Sentía una emoción muy enorme, ya que un ser con vida iba creciendo dentro de mí, iba dando vida, es algo inexplicable. Sentir como va creciendo se va formando se va moviendo y ya cuando nace es igual una emoción muy grande, cuando nació mi primer bebe yo me puse a llorar de la emoción que sentía y después verlos crecer es una gran alegría. Lo que yo tenía en cuenta era preocuparme por alimentarme por ver crecer a mi bebé, y cuando nació seguirme preocupando por igual verlos crecer”. (Trabajo de campo, Marzo 2021).

En relación a la entrevista se observa la importancia que le dan al hecho de alimentarse, por el cuidado del bebé.

El *cuarto fragmento* historia de vida se muestra con las palabras de la señora: Norma Fabila

“Pues yo estaba de novia con mi marido y pues una ocasión ya no me bajo mi menstruación, entonces yo le dije a él y me llevo a hacerla prueba de embarazo y salió positiva entonces ya me vine a vivir con él y nació mi primera hija pero me decía el doctor que yo iba a tener problemas en el parto, pues mi bebé se estaba formando muy grande. Y si mi bebé nació a los 7 meses fue por parto de cesárea gracias a Dios ella y yo estábamos en buen estado. Y lo mismo paso con mis otras dos hijas también nacieron a los siete meses, en cuanto a la alimentación mi mamá siempre me decía que yo tenía que comer de todo, a mí no me dieron ascos, pero a mi marido sí, yo solo comía de todo. Y pues bueno no tengo las palabras para decirte lo que sentí cuando me dijeron que iba a ser madre solo sé que sentí una alegría muy grande. Los alimentos los teníamos que sembrar en la milpa de mis suegra; se daban los quelites (quintoniles, malvas, huazontles, cenizos) también en la milpa cosechábamos maíz, frijol, haba, calabaza. Y ya las otras cosas las comprábamos en el mercado del centro de Almoloya” (Trabajo de campo, Marzo 2021).

En este fragmento vemos como las personas obtienen sus alimentos de la milpa, de lo que ellos cultivan, además de acuden al centro del municipio para obtener sus alimentos.

El *quinto fragmento* de historia de vida es de una señora de 73 años de edad, lo cual es sumamente interesante conocer como era su alimentación en sus embarazos

“Pues yo me case muy chica y luego tuve a mi primer hija, mi suegra me decía que tenía que ser una mujer que tuviera hijos a como Dios mandara. Me decía que tenía que comer lo que había en la casa, lo que la milpa nos daba, como el maíz para hacer las tortillas, quelites (malvas, corazones, cenizos) habas, chicharos, frijol. Me acuerdo que íbamos la presa que antes estaba, ahora ya no está, ahorita ya se secó, pero antes íbamos a traer quelites, papas de agua o acociles y con eso le daba de

comer a mis hijos, las creencias que yo tengo que a mí me inculcaron era no tenía que atravesar el perro porque si no me iba a doler mucho en el momento del parto le tenía que dar la vuelta. También tenía que usar mis seguritos en el ombligo para proteger al bebé de los eclipses para que no naciera carcomido. Yo tuve 12 hijos, 3 de ellos se me murieron, a todos mis hijos los tuve con la partera ella me acomodaba a mis muchachos cuando venían atravesados para que no me doliera al momento del parto, también me decía que tenía que caminar mucho para aflojar al bebé y cuando se acercaba el parto tenía que tomar mucha agua con un poquito de aceite comestible para que resbalara el bebé” (Trabajo de campo, Marzo 2021).

Es interesante ver la temporalidad en la tuvo sus embarazos y tener en cuenta la ideología que se tenía acerca de tener hijos. Además del tipo de alimentos que se consumía y de la forma en que se obtenían esos alimentos.

El *sexto fragmento* de historia de vida es de la señora María Romero:

“Pues yo cuando me enteré que estaba embarazada, le avise al papá de mis hijos y me fui a vivir con él. Vivíamos en la casa de sus papás pues comíamos todos juntos y tenía que comer lo que ellos comían, poco después tuve mi segundo embarazo y nació mi hija” (Trabajo de campo, Marzo 2021).

Es importante analizar las condiciones que las mujeres las orillaban a adaptarse de acuerdo a lo que consumían en su nuevo hogar en su vida de mujeres casadas.

Séptimo fragmento de historia de vida

“Pues yo me casé muy chica y tuve que aprender a sobre llevar mi matrimonio, yo me alimentaba de lo que había en casa, por eso tuve que aprender a comer de todo, mi suegra nos llevaba a buscar acociles a la presa (actualmente seca y con basura) para que comiéramos, mis suegros tenían terrenos en los que sembrábamos maíz, haba, chícharo, calabaza y huazoncles también salían quelites como las malvas, los

cenizos. Y teníamos vacas que cuando criaban nos daban leche y ya de ahí consumíamos la leche y mi suegra hacía queso. Yo pienso que es importante que se alimenten con algo natural comer, quelites, comer habas, comer carne pero que sea carne criolla que todo sea natural, porque ya hasta lo que venden ya no es natural, lo de los supermercados la carne está llena de hormonas, las verduras crecen más a fuerza”. (Trabajo de campo, Marzo 2021).

El tipo de alimentación en las mujeres embarazadas puede variar de acuerdo a las costumbres que se tengan en las familias, debido a que el embarazo es una etapa importante para las mismas. Dentro de estos alimentos existen alimentos prohibidos durante y después del embarazo debido a que son considerados alimentos tabú para la sociedad en que estas mujeres se desenvuelven cumpliendo con las normas sociales y culturales que les rodean. En este capítulo se lleva a cabo un estudio de caso para poder determinar el tipo de alimentación en las mujeres embarazadas en el barrio de San Pedro.

Capítulo IV

CULTURA ALIMENTARIA, EMBARAZO Y SIGNIFICADO SIMBÓLICO: UN ANÁLISIS ANTROPOLÓGICO.

En el presente capítulo se realizará el análisis de investigación entre la teoría presentada en el capítulo I y lo que se observó y recabó durante el trabajo de campo, teniendo en cuenta los objetivos que permitieron comprender y explicar el proceso de la cultura alimentaria y su significado simbólico durante el embarazo, en el Barrio de San Pedro, municipio de Almoloya de Juárez.

La forma de alimentarse ha cambiado a través de los años y ello ha modificado los hábitos alimentarios del público en general, sobre todo en las mujeres que tuvieron un embarazo hace 50 años, así como las mujeres que actualmente están embarazadas.

En ese sentido, la intención es analizar la cultura alimentaria durante el embarazo y su significado simbólico, ya sea alimentos naturales o procesados, ya que a través del tiempo se han modificado las maneras de obtención, preparación y consumo de los alimentos, ello ha impactado en la cultura alimentaria actual.

4.1 Alimentación y embarazo

En este apartado se analizará el tipo de alimentación que las mujeres consumen o consumieron durante su embarazo, así como el significado simbólico que le otorgan.

El estudio antropológico ha servido para llevar a cabo esta investigación y para explicarla, por ello y así como lo refiere Marzal (1996), llamó antropología a la ciencia social que estudia el funcionamiento y la evolución de las otras sociedades: esta ciencia recoge su información por medio de la observación participante y analiza sobretodo, a través de la comprensión y discusión del objeto de estudio.

Esta ciencia ha ayudado a determinar acciones sociales en pro del beneficio de los grupos humanos. En esta investigación y a través de la antropología de la alimentación, hubo oportunidad de describir el funcionamiento de la cultura alimentaria durante el estado de embarazo en mujeres del Barrio de San Pedro, en Almoloya de Juárez, México. De la misma manera se desglosa y analiza el significado que tiene el consumo de los alimentos durante esta etapa de la vida de las mujeres, ya que dependiendo de la forma en la que fueron educadas o la manera en la que aprendieron a alimentarse durante el trayecto de su vida, de esa manera

cobra importancia enfatizar en los alimentos que consumen durante el embarazo y también los que no se consumen.

Para entender el contexto sociocultural es necesario analizar aspectos que abarca la cultura de las sociedades, con base en ello y de acuerdo a lo establecido por Reynoso, (1987); Ricoeur, (1991); Geertz, (1995) y Alcalá, (1995), es importante comprender la cultura y las prácticas culturales, así como el sistema de significación encarnados en los símbolos. Esta postura interpretativa, ayuda a entender que en la alimentación se encuentran significaciones que determinan la vida de las personas. En el caso de estudio que aquí se presenta, demuestra que el tipo de alimentación que consumen las mujeres embarazadas, varía de acuerdo a los hábitos culturales adquiridos en la familia. Lo anterior, representa que la cultura alimentaria de las mujeres es diferente según lo hayan aprendido a lo largo de su vida. Por tanto lo que se presenta, se trata de su visión cultural particular, que se ha mantenido y se transmite de generación en generación.

En lo anterior, se puede observar una continuidad de la cultura en el barrio de San Pedro. Debido a que los conocimientos sobre los alimentos que deben ser comestibles o no, en esta etapa de la vida de las mujeres, están determinados por los consejos de personas mayores; lo que indica que hay un proceso de transmisión importante, que para ellos es una acción adecuada dictada culturalmente. En ese sentido, es lo que llamamos cultura y coincidimos con lo establecido por Weber en Gertz (1992), al indicar que la cultura es el conjunto de conocimientos, tradiciones y estilos de vida aprendidos.

De acuerdo con Igor De Garine y Ávila (2016), La alimentación es un campo de estudio que se sitúa entre los límites de la naturaleza y de la cultura. Debido a esto, las familias del lugar de estudio y en específico las mujeres con las que se trabajó, se alimentan de acuerdo a lo que el medio ambiente les provee, así como de lo que

ellos cultivan, e incluso de alimentos industrializados, pero lo más importante es que lo hacen y actúan de acuerdo a sus costumbres, ideas y tradiciones; en general a lo que su cultura marca y establece.

En el entendido anterior y de acuerdo con Miriam Bertrán (2010), al establecer que la alimentación es un fenómeno complejo en tanto que si bien cubre una necesidad biológica, no todos los grupos humanos la llevan a cabo del mismo modo. La antropología de la alimentación es la disciplina que ayuda a entender el proceso en el que el ser humano trata de satisfacer la necesidad de alimento, ya sea nutriendo al cuerpo, o solo alimentando y satisfaciendo la necesidad básica.

En este proceso se lleva a cabo la interacción con la naturaleza, así mismo, las formas de obtención y sobre todo la forma de organización social que tienen los individuos para llegar al proceso de la alimentación. En ese sentido, la antropología como ciencia integral valora los procesos sociales y culturales de manera relativa, por lo que ello ha permitido entender que las mujeres en estado de embarazo o que han pasado por ese estado, respondieron a su cultura con respecto a lo que comían antes, durante y después de su embarazo, para ellas el embarazo es una etapa importante, ya que saben que en su vientre llevan un ser humano en formación y por tanto, el hacer valer sus creencias en torno a su alimentación, es una acción de respeto.

Con base en lo anterior, el embarazo es un acto que socialmente impacta de manera directa en los individuos, ya que es una etapa en la que culturalmente se restringen alimentos, formas de vestir, formas de vivir y de comportamiento. Es por ello, que dependiendo de cada contexto y de cada familia, será el cómo se lleven a cabo estas prácticas, que si bien son biológicas, van acompañadas de las prácticas culturales del lugar de estudio.

Desde la perspectiva médica y biológica, las instituciones médicas son las encargadas de auxiliar el proceso de embarazo a través del equipo médico, quienes establecen señalamientos estrictos con relación a la alimentación de las mujeres durante la etapa de embarazo, pero la cultura y el proceso de transmisión de conocimientos tradicionales de las mujeres, define hasta qué punto se cumplen estos señalamientos. En ese sentido, es importante mencionar que de acuerdo a lo observado con las mujeres entrevistadas, pesan los conocimientos tradicionales sobre los conocimientos científicos de los médicos.

En lo particular y con base en lo anteriormente dicho, es importante señalar que de acuerdo con Calderón (2017), la cultura alimentaria en el Barrio de San Pedro, se encuentra regida por los usos, costumbres y significados simbólicos de los alimentos, en donde además se observa que el ciclo de producción de los alimentos es importante, ya que se relaciona con el ciclo de embarazo, las mujeres en ese estado aprovechan lo que deben comer de acuerdo a la temporada y al clima del lugar de estudio.

Finalmente aunque la mujer se encuentra en estado de embarazo, se observó que las mujeres del Barrio de San Pedro trabajan y colaboran económicamente con los gastos de la familia, ello con referencia a lo que ocurría hace más de 50 años, en donde el hombre era el único sustento familiar. Lo anterior, ha generado nuevos estilos de vida y por tanto han cambiado los modelos alimentarios en el lugar. Ello nos lleva a comprender que el estilo y forma de vida particular de un grupo humano para producir, abastecer y consumir alimentos, representa su cultura alimentaria.

4.2 Cultura y significado simbólico de la alimentación

Para hacer referencia a la definición de cultura de acuerdo a Luis Alberto Vargas (2006), en el que se señala a la cultura como el conjunto de creencias y conceptos creados por los grupos humanos e interiorizados por cada uno de sus integrantes

mediante el lenguaje; tales elementos se manifiestan, tanto en su forma ideológica como material, por medio del comportamiento de los individuos, en específico con el grupo de mujeres con quienes se trabajó, en correspondencia a ello, se observó cómo sus sentimientos y emociones, coinciden con la estructura y funcionamiento de su propia cultura.

El ser humano se encuentra en un mundo físico, pero él mismo va creando una realidad simbólica que sustenta las creencias que va desarrollando, a su vez estas creencias son compartidas con el grupo social que convive. Tal es el caso de la alimentación en la vida de los hombres, esta resulta ser una necesidad física; pero cada persona satisface la necesidad de manera diferente, el caso en particular es el de la etapa del embarazo, de acuerdo a la cultura a las mujeres embarazadas se les restringen o se procuran alimentos, ello debido al tipo de creencias que tiene la comunidad.

De acuerdo al trabajo de campo realizado en la comunidad de Barrio San Pedro, las mujeres que están en el proceso de embarazo o han pasado por éste, el tipo de alimentación que llevan a cabo es principalmente resultado de los consejos que reciben por parte de las suegras, las madres, parteras o en última instancia por médicos del sector salud.

En este sentido, podemos decir que dependiendo de la cultura alimentaria en ese lugar, es posible determinar los usos y costumbres relacionados con la alimentación, por tanto, lo que para una comunidad ajena a la estudiada podría significar algo inabordable, para la comunidad estudiada resulta ser aceptada y hasta cierto punto beneficiosa, tanto para las mujeres como para el estado de embarazo en el que se encuentran. De esta manera, resulta interesante mencionar que el proceso de embarazo está determinado por la cultura del lugar, así como por el medio natural

que provee de alimentos específicos, que resultan benéficos tanto para las mujeres como para la comunidad en general.

La cultura no es algo estático, por el contrario, la cultura va cambiando, se va transformando y a lo largo del tiempo sufre modificaciones, tal es el caso de la cultura alimentaria en la comunidad estudiada, ya que con la información de las entrevistas, se pudo constatar que las mujeres que tuvieron un embarazo hace 30 a 50 años atrás, refirieron a que la alimentación era diferente a la que actualmente tienen las jóvenes embarazadas, las mujeres de avanzada edad y que estuvieron embarazadas, se alimentaban principalmente de lo que el medio natural les proveía, como lo eran quelites, papas, pescados, legumbres, carne, y fruta. Mientras que a lo largo del tiempo con la inserción de nuevos productos que la industria y los medios de comunicación promocionan, el modelo alimentario tradicional de las mujeres embarazadas ha sumado alimentos enlatados, cárnicos procesados, fruta importada y enlatada; ello da cuenta de una fusión o de un sincretismo en la cultura alimentaria de la comunidad de estudio.

Con lo anterior, se puede decir que diversos factores han contribuido a la pérdida del consumo de los alimentos naturales, tales como la contaminación de los bordos y ríos, el desinterés de seguir las prácticas de agricultura y ganadería, e incluso la inserción de nuevos establecimientos como supermercados, tiendas departamentales y el cambio ideológico por parte de la población. Ello no implica que la cultura propia no tenga un peso importante, si no que como toda cultura va teniendo cambios importantes y sumando nuevos elementos a lo largo de su desarrollo.

Lo anteriormente dicho, coincide con la opinión de Alarcón (2004), al establecer que las tensiones culturales derivadas de los procesos de tradición y modernidad, en el contexto de la reproducción humana, coinciden en un nuevo fenómeno sociopolítico

y cultural, la interculturalidad en salud, concebida como la posibilidad de un diálogo democrático, o trato igualitario, entre los sistemas de salud tradicional-indígena y la biomedicina.

Con base en lo anterior, es importante señalar que de acuerdo con Eduardo Nivón y Ana María Rosas (1991), la carga simbólica alimentaria está sujeta también a los cambios de la cultura de los individuos, ya que continúan con la construcción cultural de su realidad a través de los nuevos símbolos, ideas, creencias, actitudes y forma de vida, lo cual les da sentido de pertenencia e identificación con su propia cultura.

4.3 Rituales alimentarios

El ritual dentro de la antropología simbólica, representa un mecanismo que permite llevar a cabo lo deseable con ciertas acciones propiciadas por los individuos. En este caso de estudio, el proceso de embarazo para la mujer se observó como una acción deseable, ya que el 90% de las entrevistadas mostraron sus emociones en la espera de contar con nuevos integrantes en la familia; con ello también se observó el cuidado para llevar a cabo un buen embarazo, en ese sentido uno de los aspectos más importantes fueron los alimentos que ellas consumían, así como la forma, el modo, el estilo y sobretodo lo aprendido a través de la tradición para consumirlos, desde el momento de la obtención, cocción y consumo de estos alimentos.

Con base en lo anterior y coincidiendo como lo refiere Salles y Tuirán (1998), el tipo de organización familiar constituye la estrategia particular de cada grupo para llevar a cabo acciones deseadas, entendida esta como los arreglos y acciones realizados por los miembros de las familias, en ese sentido, la intención de las familias de las mujeres que formaron parte de este estudio, fue crear recursos simbólicos y materiales encaminados a propiciar mejores condiciones de vida

El ritual en la organización familiar se observó en varios aspectos, pero sobretodo en el proceso de obtención de los alimentos, teniendo en cuenta que como grupo se organizan de manera importante para garantizar a través de acciones, que haya alimentos naturales durante todo el año, ya que las familias se encuentran dedicadas principalmente a la agricultura para la producción de alimentos. Por tanto, en cuestión de la actividad agrícola se visualizó una serie de rituales religiosos vinculados principalmente con el calendario religioso, entre ellos se observó la bendición de las semillas y de las milpas, ya que de éstas obtienen no solo maíz, sino diferentes alimentos como calabaza, frijol, haba y quelites. La importancia de estos rituales es que son acciones, en las cuales la gente tiene la creencia que al llevarlas a cabo con fé, las cosechas serán abundantes, la lluvia llegará a tiempo, y por tanto la recolección de lo sembrado será beneficioso y satisfactorio para las familias, en específico para las mujeres en estado de embarazo, por la disponibilidad de contar con alimentos naturales producto de la milpa, además de tener también seguridad alimentaria, ya que el fruto de la milpa se resguarda con la intención de contar con alimentos los próximos meses del año.

También se tuvo oportunidad de observar dentro de la cultura familiar, la importancia de los mitos, cuya importancia dentro de la antropología tienen un significado simbólico; tal como lo señala y afirma Claude Lévi-Strauss (1995), al reconocer que el estudio de los mitos se encuentra relacionado a las creencias y al significado propio de cada grupo.

Por lo que en un mito, todo puede suceder; parecería que la sucesión de los acontecimientos no está subordinada a ninguna regla de lógica o de continuidad, si no que se refiere a acontecimientos pasados con un antecedente histórico, que ha sido legado o aportado a nuevas generaciones a través de la herencia o la transmisión cultural, ello conlleva a resaltar la importancia de las creencias en torno al consumo de los alimentos durante la etapa de embarazo.

En ese sentido, el ritual y el mito forman parte importante de las creencias para las mujeres en estado de embarazo, por ejemplo, se tiene la creencia que si no se planta la cruz en la milpa el día 15 de mayo, esa milpa no será bendecida y sus cosechas no serán buenas, por tanto, no habrá alimentos frescos y naturales. El uso de los símbolos y el ritual, juegan un papel determinante para lograr las acciones deseadas por los individuos.

Otro elemento que conlleva un significado en el lugar de estudio, es que los hombres padres de familia han hecho del trabajo una costumbre en la comunidad, pues es visto como el proveedor de los alimentos, aunque actualmente la mujer en estado de embarazo se ha insertado al campo laboral, eso significa que la imagen femenina, sea vista de manera diferente a como se consideraba en años anteriores.

Así mismo, la mujer madre de familia es la encargada de comprar u obtener los alimentos, este acto tiene una justificación que radica en que las mujeres tienen la experiencia y como consecuencia son quienes van a preparar los alimentos, así mismo son las transmisoras del conocimiento para la elección, elaboración y consumo de los alimentos, lo cual conlleva acciones cargadas de un ritual y por tanto de un significado simbólico importante.

El consumo de los alimentos por parte de las familias de las mujeres embarazadas, exige ciertos rituales, como por ejemplo para ingerir los alimentos los integrantes de las familias deberán reunirse en el lugar asignado y persignar los alimentos, así como emitir oraciones encaminadas a agradecer el contar con alimentos en la mesa; el no hacerlo es una acción mal vista, ya que comer cada quien por su cuenta significa egoísmo. Lo anterior refleja un símbolo sagrado de unión familiar y de compartir los alimentos.

También se ha convertido en un ritual el hecho de persignar la comida antes de compartirla, ya que se tiene la creencia de que el hacer el signo de la cruz, es para que la comida obtenga una bendición y alcance para toda la familia. Desde este punto es necesario mencionar que la cosmovisión de las personas influye de acuerdo a la religión que practican, así como las creencias que tienen como grupo social. La comida es vista como una práctica simbólica y ritual, en este acto se llevan a cabo y se reconocen elementos que sólo las familias pueden identificar y son clave para la comunicación y cosmovisión de ellos, un ejemplo es el ya mencionado acto de persignar la comida, si este no se lleva a cabo, los integrantes de la familia, no se sienten bendecidos.

Los rituales llevados a cabo en la alimentación de las mujeres embarazadas da pauta para el análisis desde la antropología social, ya que es un elemento único y relevante, que se manifiesta en una etapa que modifica, estilos de vida, comportamientos, alimentación y ceremonias, donde el entorno familiar y social se vuelve participe de estos actos simbólicos, siendo parte de las creencias, transmitiendo conocimientos, el caso de las madres o suegras atendiendo a la mujer en este proceso.

Resulta fundamental entender que las variantes alimenticias van cambiando y se van modificando, a partir de la creciente y acelerada urbanización que se da en la comunidad así como los cambios y transformaciones que ha tenido tanto la gente y el lugar de estudio, ya que es de entender que la alimentación de las mujeres embarazadas depende del fruto de su actividad agrícola, pero también de este proceso de cambio, en donde se observa una combinación entre los elementos tradicionales y procesados.

La llegada de la inserción de alimentos industrializados y procesados ha hecho que las formas de alimentación cambien de forma gradual, tal como se ha plasmado con

el relato de la informante María Romero, en el cual resalta sobre la alimentación que ella tenía hace 73 años, es un claro ejemplo de cómo la alimentación se pensaba directamente desde la amplia gama de productos naturales propios de la agricultura, donde los alimentos, las plantas medicinales y los consejos de los abuelos tenían un papel fundamental y eran parte importante de la interacción social, pues se compartía toda la cosmovisión, las ideas, las creencias, los conocimientos, las prácticas, representaciones e identidades que se tenían.

En ese sentido y coincidiendo con Magallanes (2005), lo anterior deriva en destacar que las prácticas culturales de un pueblo son un ejemplo importante del significado simbólico que se le dá a lo que se consume, sobre todo cuando sé está en estado de embarazo, ya que se piensa y creé en la importancia de comer de todo y sobretodo, comer aquello que dé fuerza, siempre y cuando sea permitido culturalmente y no afecte el cuerpo humano.

4.4 El tabú en la alimentación

Como ya se ha dicho, el tabú es universal, existe en todas las culturas y en cada una se lleva a cabo de forma diferente. El tabú hace referencia a lo prohibido; en ese sentido, durante el proceso de embarazo hay alimentos y prácticas que son considerados tabú para las sociedades, pues de acuerdo al tipo de creencias, cosmovisión o ideología, estas prácticas determinan la conducta de los individuos y por tanto del contexto social.

Por ejemplo, como lo refiere Magallanes (2005), para las mujeres de Tzisco, tener antojos durante el embarazo es algo considerado normal, que llega a realizarse hasta con cierto orgullo en el lugar. En la población estudiada, que fue el Barrio de San Pedro en Almoloya de Juárez, existen ideas acerca de los alimentos que se consumen durante el embarazo y los denominan alimentos prohibidos, debido a que

tienen consecuencias negativas tanto para el bebé como para la madre, así como los alimentos rechazados por cuestiones de ascos.

Con base en lo anterior y coincidiendo con Frenk (1995), durante el embarazo, el no satisfacer los antojos puede conducir a un parto prematuro. Esto se debe a que el bebé, está pidiendo tal o cual alimento; si el antojo no se satisface al principio del embarazo, se creó que el bebé nacerá con la boca abierta y la lengua de fuera, debido a que se quedó con las ganas de probar el alimento pedido. En cambio, cuando el feto está más grande y desarrollado y ya tiene fuerza, el privarle de un alimento que desea, le hará salir a buscarlo, provocando así, un parto prematuro.

Las creencias que los abuelos dejaron acerca de las prácticas alimentarias en estas mujeres que fueron entrevistadas, se siguen practicando, ya que se desea tener siempre un embarazo sano y evitar en menor medida consecuencias negativas, las creencias de este tipo permanecen a lo largo del tiempo y son heredadas de generaciones.

Lo anterior coincide con lo señalado por Igor de Garine (2016), quien establece que las prohibiciones varían dependiendo de cada familia, éstas van desde las abstinencias personales, que se sustentan en una historia íntima, hasta las que se aplican a porciones nada despreciables de la humanidad. Hay que añadir que estas prohibiciones pueden ser permanentes o temporales.

En cuanto a los alimentos, existen alimentos prohibidos por los médicos, que sugieren evitar durante el embarazo, tales como el exceso de sal, el alcohol, refresco, alimentos chatarra; esto se sugiere evitarlo con el fin de no padecer preclamsia; en las mujeres que fueron entrevistadas, se observó que estas recomendaciones en un 40% son aceptadas y en el 60% restante, son ignoradas; ello nos indica que lo que prevalece es la parte cultural, sobre el conocimiento científico.

Pero, por parte de la comunidad también existe una serie de alimentos que son restringidos, aquí entra una cosmovisión de dualidad, pues se rechazan los alimentos considerados fríos o calientes, pesados o ligeros. Lo mismo depende de los líquidos que son consumidos en esta etapa. Estas prácticas alimentarias son respetadas y deben llevarse a cabo en este proceso de embarazo, ya que si no se llevan a cabo, como en el caso de los antojos, se tiene la creencia de que los niños tendrán consecuencias en su conducta o en su cuerpo.

En este proceso, también existen acciones que no son aceptadas o simplemente es obligatorio llevarlas a cabo, debido a la cosmovisión de las personas. En cuanto a la restricción se considera que no se debe usar ropa ajustada o zapatos incómodos, debido a que afecta el desarrollo del bebé. En cuanto a lo obligatorio, las mujeres deben usar seguros de metal en forma de cruz en el vientre, los seguros tienen la función de proteger al bebé de los fenómenos lunares.

Otra prohibición en el lugar de estudio, es que no se recomienda salir, ni mirar los eclipses, ya que ello generará consecuencias en el feto; ello coincide con lo establecido por Castro (1995), quien establece que hacer eso, se cree que el pequeño nacerá con paladar hendido o labio leporino. Otra medida precautoria o prohibida en el lugar, es mirar ciertas cosas que se consideran no viables de acuerdo a la cultura, ante ello Magallanes (2005), dice que la madre no debe mirar a gente con malformaciones físicas, ya que de hacerlo, el bebé podría nacer con esas malformaciones.

Cada una de las personas estudiadas vive rodeada de mitos, que permiten la funcionalidad de su entorno y que con base en ello, van transmitiendo estos conocimientos de generación en generación (principalmente transmiten las mujeres

que han formado una familia). Estas ideas a través del tiempo, tienen modificaciones, pero conservan su esencia de alguna u otra manera.

Un acto tabú en las mujeres embarazadas, es la prohibición de las relaciones sexuales durante el embarazo, esta actividad se restringe, debido a que se cree que afecta a la formación del bebé. Lo anterior, es una prohibición que controla e impacta en la conducta de las personas modificando la cotidianidad en la que se desarrollan. De acuerdo a la simbología que se utiliza, de manera general en las mujeres embarazadas se observó una mezcla de creencias prehispánicas y católicas, tanto en las actividades, como en las creencias y en las prohibiciones, ya que desde mi perspectiva personal y a través del análisis aquí expuesto, pesa la tradición y la cultura de las mujeres durante esta etapa de su vida.

CONCLUSIONES

Correspondiendo a lo escrito en el desarrollo del trabajo y de acuerdo al objetivo planteado en el cual se estableció lo siguiente: *Analizar la cultura alimentaria y su significado simbólico en mujeres embarazadas o que han estado embarazadas en el Barrio de San Pedro, municipio de Almoloya de Juárez, México*; se comprobó la hipótesis de la investigación, por lo que a continuación se presenta las conclusiones a las que se llegó:

- Primeramente es importante señalar que la antropología como ciencia, permitió indagar la manera en la que se determinan los hechos sociales y culturales de los individuos en las sociedades, así también afirmar que la alimentación en el proceso de embarazo y desde este enfoque, es un factor biológico pero sobretodo cultural, que es atendido desde ambas perspectivas por parte de las mujeres que fueron entrevistadas en la investigación.
- Desde la perspectiva cultural, alimentarse es una necesidad primaria biológica, pero ante todo se satisface de acuerdo al tipo de sociedad en que los individuos se desarrollan, en donde la cultura es el indicador que marca los lineamientos de cómo hacerlo, cuando, donde, con que, con quien, a qué hora se debe comer, la manera de hacerlo, los elementos, herramientas y utensilios para hacerlo, así como el significado simbólico que cobra el hacerlo o no hacerlo, todo ello engloba lo que en antropología conocemos como “cultura alimentaria” o “cultura de la alimentación”, es decir el modo y estilo diferente que a lo largo de la historia han establecido, forjado y defendido los grupos humanos.
- Por tanto, proveerse de los alimentos, cocinarlos y consumirlos, depende de la tecnología disponible, del medio en el que se vive y de las prioridades culturales permitidas dentro del grupo estudiado.
- El significado simbólico que las mujeres embarazadas otorgan a los alimentos, influye de manera importante en la selección de alimentos, desde el momento en que la familia se organiza para extraer los recursos necesarios a fin de transmitir la

enseñanza de cultivo a través del sistema milpa, así como el conocimiento para saber abastecerse, cocinar y consumir lo que su medio natural les proporciona.

- La temporalidad determina el consumo de alimentos en las mujeres embarazadas del barrio de San Pedro, en Almoloya de Juárez, además de que consumen alimentos naturales o tradicionales producto de la actividad agrícola, también se observó que existe el consumo de alimentos procesados; lo cual indica que está generándose un cambio en su modelo alimentario, o bien están sumando o mezclando su modelo tradicional, con un nuevo modelo creado por la globalización.
- Lo anterior, ha creado que las mujeres entrevistadas, estén cambiando sus condiciones de vida y por tanto su estilo de alimentarse, ello con relación a las mujeres que vivieron un embarazo hace más de 15 o 20 años atrás.
- Cada una de las mujeres del barrio de San Pedro, obtiene sus alimentos dependiendo de su condición económica, también conforme a lo que el medio les proporciona, pero principalmente, teniendo en cuenta lo que es permisible culturalmente en el contexto familiar en el que han crecido y educado.
- Lo anterior me lleva a concluir que, el significado simbólico que las mujeres en estado de embarazo le otorgan tanto a los alimentos, así como a los objetos que las rodean, permite entender que su cosmología es un elemento que ha prevalecido a través de la herencia social por generaciones.
- La cultura alimentaria de las mujeres que han tenido embarazo, o están en dicho proceso, está conformada por diferentes elementos; tales como la edad, la temporalidad en que lo vivieron, lo que el medio en el que viven les proporciona, así como los nuevos alimentos procesados que se integran a su dieta.
- La actividad agrícola practicada en un 90% en el barrio de San Pedro, ha permitido que a través de los productos del sistema milpa, dependa principalmente la alimentación de las mujeres embarazadas.

- Las prácticas sociales y culturales encaminadas a mantener un estado de embarazo estable y deseable, como es el caso de los rituales agrícolas y los rituales alimentarios, principalmente con un toque católico, demuestran el estilo de vida y la importancia cultural para las mujeres entrevistadas.
- La medicina alternativa tradicional ha estado presente por encima de la medicina científica en el proceso de embarazo, lo que lleva a concluir que culturalmente y desde el punto de vista alimentario, es importante para las mujeres entrevistadas recurrir durante y después del embarazo, al uso de plantas como la manzanilla, árnica, ajenojo, hierbabuena, cedrón, hierba de ángel, ruda, flor de saúco, hipecacuana, iztafiate y romero.
- Es de suma importancia para las mujeres y sus familias del barrio de San Pedro, continuar practicando y/o restringiendo alimentos de su dieta durante la etapa de embarazo, ya que para ellas significa dar continuidad a sus costumbres y tradiciones culturales que se enseñan, se transmiten y heredan de generación.
- Las mujeres entrevistadas no llevan a cabo una dieta definida que guíe de manera precisa su alimentación durante el embarazo, aunque acuden a las instituciones médicas (públicas o privadas), los alimentos que les recomiendan, no se encuentran dentro de sus gustos o dentro de su medio, o no están al alcance de la familia. En general y en ese sentido, las mujeres embarazadas reciben consejos por parte de sus madres, suegras, médico o parteras, para desear tener un embarazo estable.
- En cuanto a los antojos, las mujeres o familia hacen lo posible para que las mujeres durante el estado de embarazo, satisfagan sus necesidades alimentarias, de lo contrario, puede provocarse un aborto, o se tiene la creencia que el bebé nacerá con características físicas semejantes al antojo no satisfecho.

- La alimentación de las mujeres embarazadas del Barrio de San Pedro, se ha visto afectada y modificada de manera general, por la inserción de nuevos productos procesados, que de alguna manera les facilita la obtención y preparación de los alimentos, pero que afectan sin duda alguna la salud tanto de ellas, como del bebé que nacerá.
- El santuario “ojo de agua”, es un manantial de gran importancia para la población del lugar, pero principalmente para las mujeres en estado de embarazo, ya que existe una relación simbólica con la Virgen que ahí se encuentra, además ha representado tener un valor simbólico y natural a lo largo de la historia del lugar, al ser una fuente de la cual se han extraído recursos alimentarios, que aún continúan siendo base de la alimentación de los pobladores.
- Los tabúes y el simbolismo forman parte del proceso de embarazo, desde el momento en que se tiene conocimiento de que se está en ese estado, las mujeres sabe que reglas seguir, tales como ingerir o no un alimento, protegerse de los eclipses lunares, así como evitar usar ciertos utensilios del hogar, evitar vestimenta apretada, o ropa incómoda, evitar el contacto con animales o lugares; ello lleva a precisar que existe un cambio en su comportamiento y el estilo de vida a partir de ese momento.
- Las mujeres embarazadas y sus familias, así como la población en general del barrio de San Pedro en Almoloya de Juárez; han aprendido y transmitido los elementos culturales propios que los identifican, ello es parte esencial de su estilo de vida, esos elementos se llevan a cabo en diferentes aspectos de su vida diaria, uno de esos elementos está plasmado en la manera y forma de alimentarse a lo largo de su vida.

- Con base en lo anterior, se comprueba la hipótesis planteada, la que establece que las mujeres durante el embarazo consumen alimentos de acuerdo a lo que dicta su cultura y su contexto, tanto social como cultural, por lo tanto, ellas y su ambiente familiar otorgan un significado simbólico a lo que consumen, lo cual rige su forma de alimentarse de ellas y de quienes las rodean.

BIBLIOGRAFÍA

Alarcón, Ana María, Paula Austudillo, Sara Barrios y Edith Rivas, (2004), “Política de salud intercultural: perspectiva de usuarios mapuche y equipos de salud de la IX Región Chile”, en *Revista Médica de Chile*, 132, Temuco Chile, Mayo, pág. 1109-1114.

Alarcón, Ana María y Yolanda Nahuelcheo, (2008), “Creencias sobre el embarazo, parto y puerperio en la mujer mapuche: conversaciones privadas”, en *Scielo* vol. 40, núm. 2, Temuco Chile, Diciembre, pág.3-4.

Fecha de Consulta: 10 de Noviembre de 2021
https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-73562008000200007

Álvarez, Jorge (1987) “El Espacio Físico” en *Monografía Municipal. Almoloya de Juárez*, I, Toluca, Gobierno de la Entidad, pág. 19-36

Armelagos, George (1997), “Cultura y contacto: el choque de dos cocinas mundiales”, en *La conquista y comida. Consecuencias del encuentro de dos mundos*, México, Universidad Nacional Autónoma de México. pág. 108

Baños Carmen, (2014), “Antropología social y ciencias humanas”, en *La antropología social de E. E. Evans-Pritchard desde un prisma filosófico*, España, edit. Pentalfa, pág. 95

Barquera, Simón, Juan Rivera, Margarita Safdie, Fabricio Campirano y Eric Monterrubio, (2003), “Consumo de energía y nutrimentos en mujeres mexicanas de entre 12 a 49 años de edad: análisis de la Encuesta Nacional de Nutrición 1999”, 45, Ciudad de México, Salud Publica, Pág. 539.

Bertrán, Miriam y Pedro Arroyo (Editor), (2006), “Significados socioculturales de la alimentación”, en *Antropología y Nutrición*. México, D. F, edit. Universidad Autónoma Metropolitana, 1st ed. pág.222.

Bertrán, Miriam (2010), “Acercamiento antropológico de la alimentación y salud en México”, *Scielo*, No. 2, Vol. 20, Río de Janeiro, Mayo, pág.388.

Fecha de Consulta: 02 de Marzo de 2021
<https://www.scielo.br/j/physis/a/FMsPy6Q9yHh7ZpqXtpfJHTr/?format=pdf&lang=es>

Bonfil, Guillermo, (1962), “El consumo familiar de los alimentos” en *Diagnóstico sobre el hambre en Sudazal, Yucatán. Un ensayo de antropología aplicada*, Vol 1, México D.F, Tesis profesional, Escuela Nacional de Antropología e Historia, pág. 122.

Calderón, Ma. Elena, O. Rey Taboada, Adrián Argumedo, Enrique Ortiz, P. Antonio, y Carmen Jacinto, (2017), “Cultura alimentaria: clave para el diseño de estrategias de mejoramiento nutricional de poblaciones rurales”, *Scielo*, vol. 14, núm. 2, Puebla México, Agosto, pág. 303.

Campbell Joseph, (1991), “El mito y el mundo moderno” en *El poder del mito*, 1ra ed, Barcelona España, editorial Emecé, pág. 30-65.

Carrasco, Noelia (2004), “Antropología de la alimentación. Epistemologías, teorías, métodos y contextos” en *Antropología De Los Problemas Alimentarios Contemporáneos. Etnografía de la intervención alimentaria en la región de la Araucanía, Chile*”, vol. 1, Chile, Universidad Autónoma de Barcelona, tesis de Doctorado, pág. 44.

Castro, Roberto (1995), "La lógica de una de las creencias tradicionales en salud: eclipse y embarazo en Ocuituco, México", *Salud Pública de México*, vol. 37, núm. 4, México, 12 de junio, pág. 329-338.

Contreras, Jesús y Mabel Gracia (2005), "Aproximaciones teóricas para el estudio sociocultural de la alimentación" en *Alimentación y cultura perspectivas antropológicas*, Barcelona, Ed. Ariel, pág. 74-81

Delgado, Ramiro (2000), "Comida Y Cultura: Identidad y Significado En el Mundo Contemporáneo", *Redalyc*, vol. 36, núm. 1, México D. F, Enero- Abril, pág. 102.

De Garine Igor y Ricardo Ávila (Selección y presentación) (2016), "La dieta y la alimentación de los grupos humanos" en *Antropología de la alimentación.*, 1, México, Universidad de Guadalajara, pág. 31.

De Garine Igor y Ricardo Ávila (Selección y presentación), (2016), "De la antropología de la alimentación como herramienta de conocimiento" en *Antropología de la alimentación*, 1, México, Universidad de Guadalajara, pág. 71.

De Garine Igor y Ricardo Ávila (Selección y presentación), (2016), "Antropología de la alimentación: entre naturaleza y cultura" en *Antropología de la alimentación.*, 1, México, Universidad de Guadalajara, pág. 91.

De Garine Igor y Ricardo Ávila (Selección y presentación), (2016), "Alimentación cultura y sociedad" en *Antropología de la alimentación.*, 1, México, Universidad de Guadalajara, pág. 131.

Doode Shoko y Emma Pérez, (1994) "Comida: ¿Alimento o cultura?" en *Sociedad, Economía y Cultura alimentaria* 1, Hermosillo, Ciesas, pág. 399.

Echeverría, Bolívar (2001), en "Definición de cultura. Curso de Filosofía y Economía 1981-1982", 1, México D. F. Universidad Autónoma de México, pág. 187-188.

Espuig, Rosana, Ana Lucía Peña, Ernesto Cortés y Juan de Diego González (2016), "Percepción de embarazadas y matronas acerca de los consejos nutricionales durante la gestación", *Redalyc*, vol. 33, núm.5, Madrid España, Septiembre- Octubre, pp.1210-1212.

Fecha de Consulta: 30 de octubre de 2021
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309247814028>

Frenk, Silvestre (1995), Pica: ¿trastorno de la conducta o necesidad orgánica?, *Scielo*, Cuadernos de Nutrición, vol. 18, núm. 2, México, pág. 7-9.

Gracia, Mabel (1996) "Antropología de la alimentación", en *Ensayos de Antropología Cultural*, Barcelona, Ariel.

Gracia, Mabel (1998), "La transformación de la cultura alimentaria" Madrid, Ministerio de Educación y Cultura, pág. 225.

Geertz, Clifford (1995), "Descripción densa: hacia una teoría interpretativa de la cultura", en, *La interpretación de las culturas*, 1ra edi, Barcelona España, Gedisa, pág. 15- 19.

Harris, Marvin (1998), "La antropología y el estudio de la cultura" en *Antropología Cultural*, Alianza editorial, 3rd, pág. 19.

Harris, Marvin (1989), "Comer mejor" en *Bueno para comer, enigmas de la alimentación y cultura*, Alianza editorial, 1ra, pág. 295

Izquierdo, Ma. de las Mercedes (2016), "Hábitos alimentarios en el embarazo", en *Estudio De Hábitos Alimentarios Y Conocimientos Nutricionales En Embarazadas De Distintas Áreas De Salud De La Comunidad De Madrid*. Tesis de Doctorado, Universidad Complutense de Madrid, España, pág. 24-27.

Instituto Nacional Estadística y Geografía INEGI, (2020), "Estadística poblacional en Almoloya de Juárez México". Fecha de consulta: 20 de marzo 2020.

<https://www.inegi.org.mx/app/buscador/default.html?q=Almoloya+de+juarez#tabMccollapse-Indicadores>

Jiménez, Fabiola, (2005), Diferencias entre hábitos, prácticas y costumbres alimentarias, Red Peruana de Alimentación y Nutrición, vol. 1, Lima, enero, pág. 2-5.

Kaplan, Adriana y Silvia Carrasco (1999), "Migración, cultura y alimentación Cambios y continuidades en la organización alimentaria, de Gambia a Cataluña", *Dialnet*, vol. 1, España, pág. 15

Marcial, Rogelio (2012), "Cuando la estructura tomó función en la teoría social. El estructural funcionalismo de AR Radcliffe-Brown", *Redalyc*, núm.3, México, pág.9-15.

Fecha de Consulta: 10 de Noviembre de 2021

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=421739491002>

Langer, Ana (2002), "El embarazo no deseado: impacto sobre la salud y la sociedad en América Latina y el Caribe". *Scielo*, 11 (3), México D.F, pág.195.

Lotman, Yuri (2002), "El símbolo en el sistema de la cultura. Forma y Función", (15), *Redalyc*, núm. 15, Bogotá Colombia, pág.90-95.

Fecha de Consulta: 25 de Noviembre de 2021.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21901505>

Machado, Raúl Josué y Saskia Betsy Valerio, (2017), "Marco referencial", en, *Creencias, mitos y prácticas que tienen las mujeres sobre el embarazo, parto y puerperio en el Centro de Salud Sócrates Flores Vivas*, Managua, Nicaragua, Universidad Autónoma de Nicaragua, Noviembre, pág. 9- 23.

Fecha de Consulta: 25 de junio de 2021
<https://repositorio.unan.edu.ni/9828/1/98211.pdf>

Magallanes, Ana Beatriz, Fernando Limón y Ramfis Ayús (2005), "Nutrición de cuerpo y alma: prácticas y creencias alimentarias durante el embarazo en Tziscaco, Chiapas", *Scielo*, vol. 19, núm. 64, San Cristóbal, Chiapas, 13 Marzo, pág. 133- 150.

Fecha de Consulta: 02 de Abril de 2021
<http://www.scielo.org.mx/pdf/na/v19n64/v19n64a7.pdf>

Marzal, Manuel (1996), "Introducción general", en *Historia De La Antropología*, Lima Perú, 1º ed, pág.9-13.

México Pueblos América, (2020), "Barrio San Pedro la Concepción, Almoloya de Juárez, México. Fecha de consulta 15 de junio de 2019.
<https://mexico.pueblosamerica.com/i/barrio-san-pedro-la-concepcion-san-pedro/>

Montero, Joselyne (2016), "Estado Nutricional Y Prácticas Alimentarias Durante El Embarazo En Las Gestantes A Término Atendidas En El Instituto Nacional Materno Perinatal Durante Enero-Febrero", Perú, Tesis Licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, pág 7.

Nivón Eduardo y Ana María Rosas, (1991), "Para interpretar a Clifford Geertz. Símbolos y metáforas en el análisis de la cultura", *Alteridades*, vol. 1, núm.1, México D.F, pág. 40-49.

Fecha de Consulta: 1 de Noviembre de 2021
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74746342005>

Organización Mundial de la Salud, (2020), "*Administración Diaria De Suplementos De Hierro Y Ácido Fólico Durante El Embarazo*".

Fecha de consulta: Noviembre 2020
https://www.who.int/elena/titles/daily_iron_pregnancy/es/

Pérez Gil, Romo (2013), "Antropología, género, alimentación y nutrición en México", en *Tiempo Revista Casa del tiempo*; México, UAM.

Pérez, Sara Elena (2020), "Percepciones y prácticas alimentarias de un grupo de mujeres en el México rural", en, *Antropología y nutrición*, 1st ed. México, pág.143-144.

Recalde, Fabian (1971), "Los alimentos en el mundo actual", en, *Política alimentaria y nutrición, consideraciones básicas para su abastecimiento*, vol. 1, México D. F, Fondo de Cultura Económica, pág. 47.

Restrepo, Eduardo (2018), "Labor etnográfica", en, *Etnografía. Alcances, Técnicas Y Éticas*, 1st ed. Lima, Perú: Fondo Editorial de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, pág.11-23.

Reynoso, Carlos (1987), "Lógica y estructura de los enfoques simbolistas", en, *Paradigmas y estrategias en antropología simbólica*, Buenos Aires, edit. Búsqueda, pág. 14.

Reynoso, Carlos (2015) *Corrientes teóricas en Antropología: Perspectivas desde el siglo XXI*, Buenos Aires, edit. Sb, pág. 30

Salles V, Tuirán R. (1998), "Cambios sociodemográficos y socioculturales: familias contemporáneas en México", en, *Schmukler, B. Familias y relaciones de género en transformación. México*, Edamex-Population Council, pág. 83.

Sánchez, Álvaro (2015), "Guía de alimentación para embarazadas" Fecha de Consulta: 10 de julio de 2020 https://www.seedo.es/images/site/Guia_Alimentacion_Embazaradas_Medicadiet.pdf

Sánchez, Ángeles (2003), "Prácticas y experiencias de la maternidad. Un acercamiento teórico metodológico", en *Mujeres, maternidad y cambio. Prácticas reproductivas y experiencias maternas en la ciudad de México*. México, División de Ciencias Sociales y Humanidades UAM Xochimilco, pág. 13-20.

Sesia, Paola (1992), *La obstetricia tradicional en el Istmo de Tehuantepec: marco conceptual y diferencias con el modelo biomédico*, vol. 1, Oaxaca, edit. Gobierno de Estado de Oaxaca, Pág. 17-20.

Secretaría de Desarrollo Social en México SEDESOL (2014), “Reglas de Operación del Programa para el Desarrollo de Zonas Prioritarias (PDZP), para el ejercicio fiscal 2014”, publicado en el Diario Oficial de la Federación. Disponible en:

Fecha de consulta 28 Octubre 2019
http://www.microrregiones.gob.mx/documentos/2014/RO_PDZP2014_DOOF.pdf

Servicios Públicos de Almoloya de Juárez (2010), “Servicios Públicos-Obras Públicas”, 1st ed. México: Servicios Públicos Municipales, pág.7-8.

Lévi-Strauss, Claude (1974), “Magia y Religión”, en *Antropología estructural*, siglo XXI, tomo 2, París, pág. 229-233.

Lévi-Strauss, Claude (1998), “Trabajar con signos”, en, *Levi- Strauss para principiantes*, Errepar, Buenos Aires Argentina, pág. 82.

Vargas, Luis Alberto (2006), “La aplicación de la antropología de la alimentación en contextos interculturales”, en *Antropología y nutrición*, México, UNAM, 1st ed. pág.1

Villacreses, Katherine (2020), “Embarazo” en *Cultura alimentaria de las embarazadas y su influencia en el desarrollo de diabetes gestacional*, 1, Ecuador, Universidad Estatal del sur de Manabí, Licenciatura, pág. 9.

Vilaplana, Montse (2011), “Cultura alimentaria. Del fast food al slow food”, en *Farmacéutica comunitaria*, vol. 30, núm. 6, Ciudad de México, Noviembre – Diciembre, pág. 2-3.

<https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-cultura-alimentaria-del-fast-food-X0212047X11622815>

ANEXOS

ANEXO 1

Guía de entrevista aplicada a mujeres embarazadas

Nombre: _____ Edad: _____

Edad en la que tuvo su primer hijo: _____

1-¿Cuántos embarazos tuvo?

2-¿Hubo complicaciones durante el embarazo?

3-¿Hubo complicaciones en el parto?

4-¿Padece alguna enfermedad?

5-¿Fue parto normal?

6-¿Qué religión practica?

7-¿Cuál era el tipo de alimentación que tenía durante su embarazo?

8-¿Cuántos hijos tiene?

9-¿Cuáles son sus creencias para el cuidado de su salud?

10-¿Usó plantas medicinales durante su embarazo?

11-¿El cuidado fue el mismo durante sus embarazos?

12-¿Cuál era el tipo de alimentación que tenía durante su embarazo?

13-¿Cuál era el tipo de alimentación después del embarazo?

14-¿Quién estuvo a su cuidado después del parto?

15-¿De quién recibía consejos para cuidar de su salud?

16-¿Acudía a alguna institución médica?

17-Creencias que tenía del tipo de vestimenta que usaba en el embarazo

18-Creencias que tenía de objetos/animales que la rodeaban durante el embarazo

19-Mencione alimentos considerados fríos o calientes en su alimentación

20-¿De dónde obtenían sus alimentos?

21-¿Acudía con alguna partera?

22-¿Qué consejos recibía de la partera?

23-¿Cree que la alimentación en las mujeres embarazadas ha cambiado?

24-¿Cuáles son las causas de que esta alimentación haya cambiado?

25- ¿Considera que hay consecuencias negativas durante el embarazo al consumir alimentos procesados?

26-¿Qué alimentos son recomendables durante el embarazo de acuerdo a lo que le enseñaron? y ¿Por qué?

27-Mencione creencias respecto a los antojos durante el embarazo

28-Mencione los alimentos que son prohibidos durante el embarazo

29-Mencione bebidas prohibidas durante el embarazo

30-¿Por qué son prohibidos?

31-Favor de platicar acerca de su vida durante su embarazo

Agradezco su disposición para contestar estos datos, serán utilizados para un fin académico. Si usted gusta podemos incluir su nombre, de lo contrario se tomara como anónimo. GRACIAS.

ANEXO 2

Cuestionario aplicado a una muestra de mujeres embarazadas

Nombre: _____ Edad: _____

Edad en la que tuvo su primer hijo: _____

1-¿Cuántos embarazos tuvo?

2-¿Hubo complicaciones durante el embarazo?

a) Sí b) No

3-¿Hubo complicaciones en el parto?

a) Sí b) No

4-¿Padece alguna enfermedad?

a) Sí b) No

5-¿Fue parto normal?

a) Sí b) No

6-¿Qué religión practica?

a) Católica b) Testigo de Jehová

7-¿Usó plantas medicinales durante su embarazo?

a) Si b) No

8-¿El cuidado fue el mismo durante sus embarazos?

a) Si b) No

9-¿Quién estuvo a su cuidado después del parto?

a) Suegra b) Madre c) Esposo

10-¿De quién recibía consejos para cuidar de su salud?

a) Partera b) Medico c) Suegra d) Madre

11- ¿Seguía el tratamiento que le indicaba el medico?

a) Si b) No

12-¿Acudía a alguna institución médica?

a) Si b) no

13-Mencione alimentos considerados fríos o calientes en su alimentación

14-¿Acudía con alguna partera?

- a) Si b) no

15-¿Cree que la alimentación en las mujeres embarazadas ha cambiado?

- a) Si b) no

16- ¿Considera que hay consecuencias negativas durante el embarazo al consumir alimentos procesados?

- a) Si b) no

17-¿Qué alimentos son recomendables durante el embarazo de acuerdo a lo que le enseñaron?

- a) Carnes b) Frutas c) Verdura d) Chatarra

18-Mencione los alimentos que son prohibidos durante el embarazo

- a) Sal b) Azúcar c) Chile d) Pan e) Chatarra f) Grasas

19-Mencione bebidas prohibidas durante el embarazo

- a) Alcohol b) Refresco c)Café

20-Bebidas consumidas durante el embarazado

- a) Agua Natural b)Agua de Frutas c)Refresco