

IX. TERRITORIO Y VIOLENCIA ALIMENTARIA: REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN ADOLESCENTES DE TELESECUNDARIAS RURALES DE TENANGO DEL AIRE, ESTADO DE MÉXICO

ERÉNDIRA CÁRDENAS ORTEGA
DONOVAN CASAS PATIÑO
ALEJANDRA RODRÍGUEZ TORRES

INTRODUCCIÓN

EN MÉXICO, LA relación entre territorio, pobreza y alimentación ha cobrado una importancia creciente ante la persistencia de la inseguridad alimentaria y la malnutrición, pues de acuerdo con datos recientes de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición ENSANUT Continua 2023, el 63.3 % de los hogares rurales enfrenta algún grado de inseguridad alimentaria (INSP, 2024), mientras que la doble carga de malnutrición —sobrepeso y desnutrición coexistentes— afecta a más del 30 % de los hogares con niñas, niños y adolescentes del mismo contexto (UNICEF, 2023). Esta situación no solo representa una crisis de acceso a los alimentos, sino que configura una forma de violencia alimentaria, entendida como la imposición de dietas nocivas, insuficientes o indignas desde instituciones, políticas o mercados, que vulneran el derecho humano a una alimentación adecuada (Iciarte García *et al.*, 2019).

Este tipo de violencia se expresa con mayor crudeza en contextos rurales, donde las condiciones estructurales de desigualdad limitan las posibilidades de acceder a una ali-

mentación suficiente, saludable y culturalmente pertinente. En municipios como Tenango del Aire, Estado de México, caracterizado por delegaciones rurales, rezago social y escasa cobertura educativa y alimentaria (Ayuntamiento de Tenango del Aire, 2022), se han documentado patrones de sobrepeso, anemia y desnutrición infantil que afectan el desarrollo escolar y comunitario (Pérez Garcés *et al.*, 2022). En este entorno, los problemas nutricionales adquieren formas persistentes y complejas que no pueden explicarse sin considerar el territorio y las relaciones sociales que lo configuran.

Este capítulo se enfoca en la población adolescente en etapa temprana (12-13 años), no solo por su relevancia demográfica (Secretaría de Economía, 2020), sino porque representa una etapa de transición marcada por la búsqueda de autonomía, la construcción de identidad y una creciente exposición a discursos sociales, estéticos y alimentarios (INJUVE, 2012). En este marco, la alimentación deja de ser un acto meramente biológico para convertirse en una práctica cargada de significados afectivos, morales y culturales.

El texto retoma hallazgos derivados de una investigación de tesis de posgrado sobre la alimentación saludable con enfoque cualitativo, realizada en tres telesecundarias públicas de Tenango del Aire. La elección de este modelo educativo responde a su centralidad en el contexto rural y a las desventajas que concentra: infraestructura limitada, escasa presencia de programas nutricionales y débil promoción del autocuidado alimentario (Navarrete Cazales & López Hernández, 2022). Aunque en teoría cuentan con desayunadores escolares, en la práctica estos no funcionan adecuadamente, reforzando la precariedad alimentaria cotidiana.

Desde esta perspectiva, el análisis se vincula al debate sobre el cuidado como dimensión estructural del proceso salud-enfermedad, donde el acceso a una alimentación saludable se encuentra mediado por desigualdades de género, clase y territorio, por lo que urge repensar el cuidado como una responsabilidad colectiva. En este sentido, el capítulo se inscribe en las discusiones sobre los sistemas integrales de

cuidado promovidos por el Compromiso de Santiago (2020), el cual propone avanzar hacia políticas corresponsables e intersectoriales, alineadas con los ODS 2 (Hambre Cero), 3 (Salud y Bienestar), 5 (Igualdad de Género) y 10 (Reducción de las Desigualdades) (CEPAL, 2021).

Teoría de las Representaciones Sociales

Como marco teórico interpretativo central, se adopta la Teoría de las Representaciones Sociales (TRS), desarrollada por el psicólogo social Serge Moscovici (1961) y complementada posteriormente por autoras como Denise Jodelet (1986) y Jean-Claude Abric (1994). Esta teoría permite analizar cómo los sujetos y colectivos construyen significados compartidos en torno a objetos sociales, no desde una lógica exclusivamente científica, sino desde saberes cotidianos, experiencias históricas, creencias culturales y formas de vida. En palabras de Jodelet (1986), las representaciones sociales son «una forma de conocimiento socialmente elaborada y compartida, con una finalidad práctica, que contribuye a la construcción de una realidad común para un conjunto social».

Desde esta perspectiva, accesibilidad alimentaria, inseguridad alimentaria en la escuela, sentidos de lo tradicional y el cuerpo e instituciones—como categorías centrales del presente capítulo— no son conceptos neutros ni homogéneos, sino objetos socialmente construidos que adquieren sentidos diferenciados según la posición social, el género, la edad y el contexto. Es decir, no hay una única forma de entender qué es el “territorio” o qué es “alimentarse bien”, sino que esas ideas son representaciones socialmente negociadas, moldeadas por el entorno rural, las carencias materiales y los discursos normativos que circulan en la escuela, el sistema de salud, la familia o los medios digitales.

El modelo estructural de la TRS, propuesto por Abric (2001), distingue entre un núcleo central —compuesto por los elementos más estables, normativos y compartidos— y

una zona periférica más flexible y adaptativa (Abric, 2001), así, este modelo permite analizar cómo se organizan y construyen las violencias alimentarias que atraviesan la vida de estos adolescentes a partir de un concepto como lo es la alimentación saludable: ya sea desde la carencia material y estructural (inseguridad alimentaria, desplazamiento de alimentos tradicionales por comerciales), desde la presión normativa (discursos escolares y sanitarios sin brindar una alternativa accesible o culturalmente aceptable) o desde la violencia simbólica (ideal estético corporal difundido por redes sociales).

El análisis de estas representaciones, expresadas en discursos, dibujos y observaciones, ofrece una vía para comprender cómo se materializan las violencias alimentarias en la subjetividad de las y los adolescentes, y cómo estas están inscritas en las relaciones entre cuerpo, territorio y estructura social.

Violencia alimentaria

El concepto de violencia alimentaria permite comprender cómo el hambre, la mala nutrición y la exclusión del derecho a una alimentación adecuada no son meras consecuencias de la escasez, sino expresiones de desigualdad estructural y cultural. Desde esta mirada, la violencia alimentaria se define como la imposición —por acción u omisión— de dietas nocivas o insuficientes que vulneran la salud, la dignidad y los derechos (Iciarte García *et al.*, 2019).

La violencia estructural se manifiesta en las condiciones materiales que impiden el acceso a una alimentación saludable, como la pobreza, la falta de empleo o la ausencia de programas eficaces. Cena y Schellino (2020) señalan que privar de alimentos adecuados a la niñez y adolescencia es negar derechos y oportunidades, afirmando que, el hambre también es una violencia silenciosa que arrebató el presente y el futuro (Cena & Schellino, 2020). En México, más de 21.9 mi-

llones de personas no pudieron adquirir una canasta alimentaria suficiente en 2020 (CONEVAL, 2020), y en territorios como Tenango del Aire esta carencia se ha vuelto histórica, elevando los riesgos de malnutrición.

La violencia simbólica, en cambio, se produce cuando se imponen ideales alimentarios que estigmatizan las prácticas populares o rurales. Bourdieu (1998) plantea que estas formas simbólicas de dominación actúan a través de discursos naturalizados –como los publicitarios– que privilegian ciertos alimentos (como los industrializados o de moda) y devalúan otros (como los tradicionales o “de casa”), generando culpa o vergüenza en quienes no se ajustan a esas normas (Bourdieu 2000)

Por su parte, la violencia normativa se refiere a reglas y políticas que, aunque bien intencionadas, terminan siendo excluyentes, por ejemplo, reglamentos escolares o sanitarios que dictan prácticas, cumplimientos de recomendaciones o guías, o ciertos alimentos sin considerar el contexto familiar, o impuestos que encarecen productos sin alternativas accesibles, son ejemplos de normas que no siempre favorecen la equidad alimentaria (Coveney, 2006). Esta violencia se impone sin fuerza física, pero con la legitimidad de la institución.

En conjunto, estas formas de violencia –estructural, simbólica y normativa– se entrelazan y afectan de manera particular a las adolescencias, limitando su autonomía alimentaria y reforzando jerarquías sociales. Tal como lo han advertido Galtung (1990) y Menéndez (1988), estas violencias no actúan de forma aislada, sino articuladas con la concentración del poder económico y la imposición cultural, configurando un entramado de exclusión alimentaria que debe ser visibilizado y enfrentado desde una perspectiva integral.

Territorio y espacio de la alimentación

El territorio no debe entenderse solo como un espacio geográfico, sino como una construcción social donde interactúan desigualdades económicas, políticas y culturales. En municipios como Tenango del Aire, el entorno rural, la migración y la precariedad en servicios públicos generan condiciones que amplifican las violencias alimentarias. Como señala González Luna (2020), es crucial considerar las condiciones materiales y simbólicas desde y en los territorios para comprender estas experiencias.

La disponibilidad de alimentos saludables está mediada por este territorio: aunque existe producción agrícola de autoconsumo (maíz, frijol, hortalizas), la falta de mercados locales y la dependencia de otros municipios impiden una dieta variada, pues de acuerdo con el H. Ayuntamiento de Tenango del Aire (2022), gran parte de lo producido no se comercializa, limitando así la diversidad nutricional cotidiana.

Los datos refuerzan esta desigualdad: en Tenango del Aire, el 42.9 % de adolescentes presenta sobrepeso u obesidad, mientras que el 10 % tiene baja talla (Pérez Garcés *et al.*, 2022), evidenciando la coexistencia de malnutrición por exceso y por déficit. Este patrón refleja lo que la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), advierte a nivel global: la inseguridad alimentaria es más frecuente en zonas rurales que urbanas (FAO *et al.*, 2024).

Además, Tenango cuenta con aproximadamente 2.000 adolescentes de entre 10 y 14 años (Secretaría de Economía, 2020), quienes viven en un entorno donde el territorio condiciona el acceso a alimentos, la implementación de políticas y las posibilidades de agencia juvenil. Su geografía periférica —sin tianguis, con escasos servicios— limita la respuesta institucional, pero también alberga saberes agrícolas y comunitarios que pueden convertirse en activos para la soberanía alimentaria.

En suma, el territorio opera como un actor social que no solo delimita carencias, sino también resistencias. Cualquier

intervención contra la violencia alimentaria debe partir de este reconocimiento, articulando lo local con estrategias de cuidado integrales y culturalmente pertinentes.

Infodemia y redes sociales: nuevas formas de violencia alimentaria digitales

En contextos rurales o de baja densidad poblacional, la irrupción de redes sociales y plataformas digitales han introducido nuevos discursos sobre la alimentación. Desde *TikTok* hasta videos de *YouTube* y *reels* de *Instagram*, los adolescentes acceden a contenidos que promueven dietas “*fit*”, recetas “saludables” de moda o productos ultraprocesados disfrazados de saludables, ver “videos de comida”, seguir a “*influencers fitness*” o realizar retos alimentarios en línea, entre otros.

Este fenómeno puede analizarse como parte de la infodemia alimentaria, definida como la sobreabundancia de información (veraz y falsa) que circula en redes, muchas veces sin regulación ni contexto (Organización Mundial de la Salud [OMS], s.f.). Esta infodemia impone violencias simbólicas (al establecer cuerpos ideales o dietas moralmente superiores) y normativas (al generar mandatos de lo que se debe comer para ser “saludable”, “bonita” o “*fitness*”). Así, la exposición digital se suma a las presiones escolares y médicas, produciendo una triple exigencia: comer sano, comer lo correcto y comer lo que se ve en redes.

En adolescentes rurales, esta infodemia puede ser particularmente peligrosa: al combinarse con escasez alimentaria o restricciones estructurales, genera frustración, culpa y sensación de insuficiencia. No solo no pueden acceder a frutas orgánicas o “snacks saludables”, sino que sus propias prácticas tradicionales son invisibilizadas o ridiculizadas en los discursos digitales. Tal como señalan los datos de Marcial-Romero *et al.*, (2019), muchas familias rurales del Estado de México enfrentan limitaciones severas para cumplir con las

guías y recomendaciones alimentarias, tanto por motivos económicos como culturales.

Además, la exposición continua a cuerpos normativos, retos estéticos y productos de alto valor simbólico refuerza un sistema de validación corporal y estatus social en el que los adolescentes ruralizados se perciben en desventaja. Como advierte Fielding-Singh (2018), los adolescentes de nivel socioeconómico bajo suelen experimentar sentimientos de exclusión o desvalorización al no poder acceder ni cumplir con las dietas o cuerpos considerados socialmente superiores. En este sentido, el alimento no solo nutre, sino que marca el valor moral y social del sujeto. El que puede consumir productos de moda o seguir una dieta “limpia” es visto como disciplinado, sano o exitoso; mientras que quienes no acceden o no cumplen con estos mandatos son percibidos —y se perciben— como negligentes o fracasados.

Estos discursos pueden amplificar riesgos psicosociales entre adolescentes, como la insatisfacción corporal, trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y baja autoestima (Cueto-López *et al.*, 2022). En contextos donde la salud alimentaria ya está comprometida por la pobreza o la inseguridad alimentaria, estas violencias simbólicas y normativas introducen una nueva capa de malestar: ya no se trata solo de comer, sino de hacerlo conforme a estándares digitales imposibles y excluyentes.

Representaciones sociales y violencias alimentarias: hallazgos desde una mirada cualitativa

Esta sección presenta los hallazgos derivados de una investigación cualitativa realizada entre marzo y junio de 2025 en tres telesecundarias públicas de Tenango del Aire, Estado de México. El estudio, desarrollado como parte de una tesis de posgrado, exploró las representaciones sociales de la alimentación saludable en 41 adolescentes de 12 y 13 años, median-

te entrevistas semiestructuradas, sesiones de dibujo y observación no participante. La perspectiva teórica se basó en la vertiente estructural de Abric (TRS), y el análisis combinó herramientas de la semiótica social de Kress & Van Leeuwen (2018) y del análisis crítico del discurso de Van Dijk (2005) y Fairclough (2008). El análisis permitió evidenciar cómo los significados construidos por los adolescentes reflejan expresiones estructurales, simbólicas y normativas de esta problemática en su entorno cotidiano. A continuación, se presentan los hallazgos organizados por categoría analítica:

Categoría analítica: accesibilidad alimentaria

Desde la perspectiva de la Teoría de las Representaciones Sociales en su enfoque estructural, se identificó un núcleo representacional en esta primera categoría, centrado en la percepción de que “casi no hay alimentos saludables en la comunidad”. Este núcleo se configura a partir de significados compartidos sobre la escasa disponibilidad local de frutas, verduras y productos frescos, lo cual fue reiterado en las entrevistas con frases como: *“aquí no venden eso”*, *“mis papás tienen que ir hasta Amecameca”* o *“a veces venden las tiendas”*. Este núcleo se encuentra directamente relacionado con condiciones estructurales como la ausencia de tianguis, la falta de supermercados accesibles y la oferta limitada de alimentos frescos, lo cual representa una forma de violencia alimentaria estructural.

En la zona periférica de la representación emergen elementos asociados a estrategias de adaptación familiar: el autoconsumo de maíz y frijol, la compra ocasional en otros municipios y la participación intermitente en programas sociales provenientes de organismos como el de Seguridad Alimentaria Mexicana (SEGALMEX) o Liconsa. Sin embargo, estas prácticas no logran compensar la escasa variedad nutricional ni garantizan una dieta equilibrada. Los adolescentes expresaron que las despensas gubernamentales *“llegan*

de vez en cuando” y contienen productos “*que no me gustan*” o “*que casi nadie se come*”, evidenciando la desconexión entre las políticas asistenciales y las realidades alimentarias juveniles.

Como elementos contrastantes, se observó la influencia creciente de la cultura digital, especialmente a través de plataformas como *TikTok*, donde circulan modelos alimentarios y estéticos inalcanzables para muchos adolescentes rurales. En algunos dibujos, por ejemplo, se representa el deseo de consumir alimentos promocionados por *influencers* o artistas urbanos —como bebidas energéticas o *snacks* de moda. Estas tensiones actualizan la violencia simbólica en clave alimentaria, al imponer ideales que no pueden sostenerse en contextos de precariedad.

“Aquí casi no hay mercados o así, de hecho, mi mamá compra en Ameca o Chalco las cosas para la comida, aunque dice que sale más caro así, de hecho, cuando fue la pandemia la despensa que le daba el gobierno a mi abuelita nos ayudó, pero no trae lo que me gusta, como pura avena y latas y así.”

(Entrevista 18, adolescente de 13 años, telesecundaria OFTV 117 de Tenango del Aire)

Como puede observarse en la imagen 1, hay un personaje sosteniendo un plato “saludable” frente a un puesto de frutas. Su vestimenta —gorro, gafas oscuras, collar, camiseta con la frase “Tú sí, Tito doble P”— alude a referentes actuales de la cultura digital juvenil, como *influencers* o músicos populares. El contraste entre el mercado de frutas (como una representación que puede interpretarse como un deseo o una referencia de un entorno alimentario idealizado, distante de su experiencia cotidiana) y la elección del personaje permite leer este dibujo como una expresión visual de la violencia simbólica y estructural que experimentan adolescentes rurales, cuyas condiciones materiales no solo restringen

la dieta, sino que también modelan sus aspiraciones, gustos y formas de validación social.

Imagen 1.

Dibujo de adolescente que representa tensiones entre lo local, lo aspiracional y el acceso a alimentos saludables



Fuente: Elaboración propia, 2025

Categoría analítica: hambre y ausentismo alimentario en la escuela

En esta segunda categoría, se identificó un núcleo centrado en la naturalización del hambre durante la jornada escolar. Esta representación se construye a partir de frases como “*me aguanto hasta que llego a la casa*” o “*no tengo hambre en la noche*”, que expresan cómo la ausencia de alimentos suficientes en ciertos momentos del día (especialmente en la cena y en el almuerzo escolar) se vive como parte de una rutina normalizada, más que como una privación. Este núcleo revela una forma de violencia simbólica, al convertir una necesidad fisiológica insatisfecha en una experiencia resignificada como *costumbre, madurez o disciplina*, sobre todo en adolescentes mujeres.

En la zona periférica, emergen prácticas como el desayuno antes de ir a la escuela (compuesto por pan, galletas, café o té), así como el consumo de alimentos más completos al regresar al hogar, cuando está presente la figura materna o la abuela, este tiempo de comida generalmente está com-

puesto por platillos tradicionales como arroz o guisados, y cumple una función afectiva además de nutricional. La cena, en cambio, suele omitirse o realizarse en soledad, reforzando la desvinculación emocional de ese momento alimentario.

La periferia también incluye estrategias de adaptación como lonches escolares limitados a un *Yakult* y un *plátano*, o el hecho de llevar solo dinero cuando hay. El acompañamiento digital o de mascotas durante las comidas también emerge como una forma reciente de compensación simbólica frente a la ausencia de adultos, especialmente por las jornadas laborales de las madres.

“Yo casi siempre desayuno, un pan o café. Ya en la escuela, si me da hambre, pues compro en la cooperativa o me aguanto hasta llegar a la casa. En la noche no me gusta cenar.”

(Entrevista 24, mujer de 12 años, telesecundaria de Tenango del Aire OFTV 214)

En los elementos contrastantes aparece la tensión entre los discursos institucionales sobre nutrición escolar y la realidad percibida por los adolescentes. Aunque el discurso escolar dicta que no deben de consumir productos ultraprocesados, la oferta de la cooperativa escolar se concentra en productos industrializados con sellos de advertencia, en donde, además, los precios son altos en comparación con el poder adquisitivo de las familias. La representación escolar del cuidado alimentario como política pública se ve debilitada por la ineficacia de los programas de desayunadores escolares, pues los adolescentes mencionan que *“siempre dan lo mismo”*, como *“quesadillas de sardina”*, o bien que *“no hay quien cocine”*. La corresponsabilidad del cuidado —propuesta desde los marcos internacionales— no se concreta en contextos como el de Tenango, donde las madres no pueden preparar el desayuno escolar por razones de trabajo o carga doméstica.

Este entramado de significados configura una representación social que articula la violencia simbólica con la violencia normativa: se espera que el hambre se tolere, que las mujeres sostengan el cuidado alimentario, y que los adolescentes se ajusten a un sistema que, aunque deficiente, reproduce la idea de suficiencia a través de discursos e instituciones desarticuladas de la experiencia cotidiana.

Como se observa a continuación en la imagen 2, el almuerzo escolar consiste únicamente en un Yakult y una porción de fruta en recipiente plástico. Esta escena revela la limitación en la cantidad y calidad del alimento disponible, lo cual refuerza prácticas alimentarias mínimas que se vuelven habituales. Lejos de tratarse de una excepción, este tipo de lunch se normaliza entre adolescentes rurales como una respuesta cotidiana a la escasez de tiempo, recursos y apoyo institucional.

Imagen 2.
Ejemplo de refrigerio escolar cotidiano



Fuente: Elaboración propia, 2025

Categoría analítica: Revalorización y estigmatización de la comida tradicional

El núcleo representacional en esta categoría estuvo conformado por la fuerte carga afectiva, identitaria y simbólica que los adolescentes asignan a los alimentos tradicionales. En entrevistas, observaciones y producciones gráficas, los estudiantes refirieron platillos como *sopa de migas*, *pozole*,

tortillas hechas a mano, nixtamal, nopales, verduras locales y guisados de casa, elementos que evocan prácticas cotidianas en contextos rurales o semirurales con milpas, traspacios y cocinas con comal. Esta valoración cultural no solo representa una fuente de nutrición, sino también un acto de cuidado, pertenencia y memoria, donde el sistema alimentario tradicional aparece aquí como forma de resistencia simbólica y narrativa colectiva.

“En la casa y cuando hay fiesta, mi abuelita prepara pozole o sopa de migas”

(Entrevista 9, hombre de 13 años, telesecundaria OFTV 233)

En la periferia se ubican elementos que refuerzan el apego a lo local y el reconocimiento del papel de las mujeres —madres y abuelas— como cuidadoras alimentarias. Estas figuras transmiten saberes culinarios y organizan la dieta cotidiana en torno a lo disponible en casa o en la milpa. Esta vivencia relacional y situada de la alimentación permite a los adolescentes experimentar una forma de bienestar simbólico que articula el alimento con el territorio. Desde la Teoría de las Representaciones Sociales, estos significados permiten organizar el mundo alimentario local mediante saberes prácticos, cargados de afectividad.

En los elementos contrastantes, se tensiona esta representación con los discursos institucionales o normativos que imponen cánones de “alimentación saludable” sin considerar las realidades culturales y materiales del territorio. Algunos estudiantes narraron que les “da pena” llevar alimentos como tamales, pozole o sopas de migas a la escuela por ser considerados “inferiores” o “no saludables”. Aunque esta práctica se justifica desde las guías alimentarias o medidas de salud pública, en la experiencia cotidiana genera estigmatización de los saberes populares y deslegitimación simbólica del entorno rural.

“Una vez llevé sopa de migas con nopalitos y me hicieron burla y hasta me dijeron que no debía traer eso, que mejor trajera algo más ligero, que por eso estaba gorda”

(Entrevista 18, mujer de 12 años, telesecundaria OFTV 214)

Esta tensión se vuelve particularmente crítica en la adolescencia, una etapa donde se consolidan valores, identidades y vínculos sociales. La deslegitimación de sus costumbres alimentarias afecta no solo su dieta, sino también su autoestima y sentido de pertenencia. Defender los sistemas alimentarios tradicionales, en este sentido, implica resistir la homogeneización cultural y los efectos normativos de políticas mal adaptadas al territorio.

Categoría analítica: cuerpo e interacción con el Sistema de Salud y de Educación

Los hallazgos de esta categoría muestran cómo las instituciones escolares y sanitarias participan en la construcción normativa de lo saludable. La representación dominante sobre alimentación saludable en el contexto escolar y de salud está marcada por la vigilancia normativa del cuerpo, especialmente hacia las adolescentes. Este control se ejerce mediante discursos prescriptivos como “comer ensaladas”, “nada de fritos” o “eso engorda”, que no toman en cuenta las condiciones estructurales de pobreza o disponibilidad alimentaria local.

“Una vez llevé tacos dorados a la escuela y me dijeron que eso no estaba bien, pero en el desayunador siempre dan quesadillas y yo siento que es lo mismo.” (Entrevista 40, mujer de 13 años, telesecundaria OFTV 117)

Este mandato normativo se vive como una imposición más que como una construcción colectiva de salud. Las auto-

ridades escolares, de salud y familiares reproducen un modelo de “salud ideal” sin atender los determinantes sociales, lo que configura una violencia alimentaria normativa, al imponer lo saludable como obligación sin opciones reales.

En relación con esto, en la zona periférica, esta vigilancia se traduce en tensión emocional y fragmentación del cuidado, por ejemplo, el momento del lunch se convierte en una experiencia moralizante más que afectiva. Muchas adolescentes prefieren “no comer”, “aguantarse” o “sentir culpa”, antes que exponerse a la desaprobación de sus compañeras o familiares. Aquí se refuerza el mandato simbólico de ser delgada y saludable, internalizado desde el discurso institucional y digital.

El cuidado alimentario aparece profundamente feminizado y fragmentado. Las mujeres adultas —madres, abuelas, profesoras— sostienen gran parte de las tareas de cuidado y el Estado, a través del sistema de salud y la escuela, está ausente o reproduce esquemas punitivos: no hay nutriólogos en la clínica, y la educación alimentaria se reduce a prohibiciones.

Finalmente, de manera contrastante; a pesar de los discursos sobre salud y bienestar, el entorno no ofrece las condiciones mínimas para ejercer el derecho a una alimentación digna; esta contradicción genera un profundo malestar en las y los adolescentes, quienes sienten que sus decisiones alimentarias están condicionadas por factores externos que no pueden controlar y expresaron que sienten que están en un entorno donde los adultos pocas veces los escuchan, sintiendo así que sus opiniones son inválidas.

Además, esta categoría revela una dimensión poco explorada: la experiencia del cuidado en territorios rurales, que no solo implica preparar alimentos, sino también acompañar, validar, comprender y sostener. Retomando el enfoque del Compromiso de Santiago y la Agenda 2030, se vuelve urgente repensar el cuidado como una red corresponsable entre familia, escuela, comunidad y Estado.

Discusión y conclusiones

Los hallazgos permiten identificar la persistencia de formas de violencia alimentaria que limitan el derecho a una alimentación adecuada en adolescentes de Tenango del Aire. Estructuralmente, la escasa oferta de alimentos frescos, la fragmentación de los tiempos de comida y la cobertura parcial de programas alimentarios (como Liconsa, SEGALMEX o los desayunadores escolares) no son solo signos de carencia, sino de una distribución desigual de los recursos y cuidados. Tal como señala La Parra Casado & Tortosa Blasco (2003), la violencia estructural se expresa cuando las instituciones fallan en garantizar condiciones mínimas de bienestar a poblaciones históricamente marginadas. La ruralidad, en vez de ser reconocida como fuente de conocimientos y prácticas agroalimentarias, es tratada como déficit, y la escasa presencia del Estado en estos espacios profundiza esta brecha.

Por su parte, la violencia alimentaria simbólica se manifestó en el modo en que los adolescentes internalizan discursos que jerarquizan ciertos alimentos sobre otros, al tiempo que desvalorizan sus propias prácticas familiares. Esta forma de violencia, conceptualizada por París Pombo (2012), opera cuando los grupos subordinados adoptan como legítimos los esquemas impuestos por el poder dominante, incluso en contra de sus propios intereses o condiciones de vida. Así, preparaciones como tamales, migas o tortillas hechas a mano —que forman parte del repertorio cultural cotidiano— son etiquetadas como "poco saludables", mientras se promueve una idea idealizada de lo nutricionalmente correcto, muchas veces inalcanzable.

Las guías nutricionales oficiales y las campañas de salud no siempre dialogan con los contextos comunitarios, generando una ruptura entre lo aprendido en casa y lo promovido en la escuela que sigue reproduciendo un modelo prescriptivo, urbano y homogéneo. Esta tensión produce una forma de estigmatización alimentaria que, en la adolescencia, impacta en la autoestima, la identidad y la relación con el cuerpo.

En el ámbito normativo, se observa una vigilancia alimentaria cotidiana hacia los cuerpos adolescentes, especialmente hacia las mujeres. Las restricciones impuestas desde el discurso escolar o de salud operan como formas de control. Esta forma de regulación alimentaria se alinea con lo que García & Bermúdez (2022) describen como una culpa alimentaria inducida por discursos normativos que castigan la elección “incorrecta”, sin atender las condiciones que la hacen necesaria.

Además, el sistema de cuidados muestra signos evidentes de precarización. Las madres, abuelas o tías siguen siendo las principales proveedoras de alimentación, pero lo hacen en condiciones económicas adversas. El Compromiso de Santiago, adoptado por los países de América Latina desde 2020, llama a construir sistemas integrales de cuidado con enfoque de derechos, género y territorio. Sin embargo, en comunidades como Tenango del Aire, las políticas públicas siguen sin materializar este horizonte, manteniendo a las familias en un estado de vulnerabilidad alimentaria y emocional.

Los resultados de esta investigación cualitativa evidencian que las violencias alimentarias —estructural, simbólica y normativa— no operan de forma aislada, sino que se entrelazan en el cuerpo, la rutina y la cultura de las y los adolescentes rurales. El territorio no solo es un espacio físico, sino una condición política que define lo posible: qué se come, cómo se cuida, quién tiene voz y qué se considera válido como alimentación saludable.

En este sentido, es urgente avanzar hacia políticas intersectoriales que reconozcan las especificidades territoriales y culturales de las comunidades escolares rurales. Cuidar la alimentación no puede seguir siendo una tarea delegada a las mujeres o limitada a lo que la economía familiar permite; debe entenderse como una responsabilidad colectiva, que implica redistribuir recursos, validar saberes comunitarios y resignificar el derecho a comer como un acto de justicia social.

Bibliografía

Abric, J.C. (Ed.). (2001).

Prácticas sociales y representaciones. Ediciones Coyoacán / Embajada de Francia en México. <https://es.scribd.com/document/498807608/Jean-Claude-Abric-Practicas-sociales-y-representaciones>

Bourdieu, P. (2000).

La dominación masculina (J. Jordá, Trad.). Anagrama. (Obra original publicada en 1998 como *La domination masculine*)

Cena, R., & Schellino, L. (2020).

El hambre como violencia. Ardea Ensayos. <https://ardea.unvm.edu.ar/en-sayos/el-hambre-como-violencia/>

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2021).

Compromiso de Santiago: Un instrumento regional para dar respuesta a la crisis del COVID-19. Naciones Unidas. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/46658-compromiso-santiago-un-instrumento-regional-dar-respuesta-la-crisis-covid-19>

Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL). (2020).

Informe de pobreza y evaluación 2020. https://www.coneval.org.mx/coordinacion/entidades/Paginas/Informes_Pobreza_Evaluacion_2020.aspx

Coveney, J. (2006).

Food, morals and meaning: The pleasure and anxiety of eating (2nd. ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003419488>

Cueto López, J., Franco-Paredes, K., Bautista Díaz, M.L., & Santoyo Telles, F. (2022).

Programa de prevención universal para factores de riesgo de trastornos alimentarios en adolescentes mexicanas: un estudio piloto. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 9(1), 45-53. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2022.09.1.5>

FAO, IFAD, UNICEF, WFP, & WHO. (2024).

The State of Food Security and Nutrition in the World 2024: Safeguarding food security and nutrition through policy support and governance. Food and Agriculture Organization of the United Nations. <https://www.fao.org/interactive/state-of-food-security-nutrition/en/>

Fielding-Singh, P. (2018).

You're worth what you eat: Adolescent beliefs about healthy eating, morality, and socioeconomic status. *Social Science & Medicine*, 220, 41–48. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2018.10.022>

Galtung, J. (1990).

Cultural violence. *Journal of Peace Research*, 27(3), 291–305. <https://doi.org/10.1177/0022343390027003005>

García, M. E., & Bermúdez, G. (2022).

Alimentarnos con dudas disfrazadas de ciencia: Nutriendo conflictos de interés en México. Consorcio para el Diálogo Parlamentario y la Equidad Oaxaca A.C.

Territorios y Violencias en el área de la Salud: “Propuestas sostenibles e intersectoriales para el cuidado de la salud en los territorios”

Coordinadores

Alejandra Rodríguez Torres

Ernesto Licona Valencia

Donovan Casas Patiño

Cielo Rebeca Martínez Reyes



**Castellanos
editores
digital**

Primera Edición: Enero 2026
Diseño de portada: María Elisa Salazar Moya

© Alejandra Rodríguez Torresl
© Ernesto Licon Valencia
© Donovan Casas Patiño
© Cielo Rebeca Martínez Reyes
© Castellanos editores, S.A. de C.V.

ISBN: 978-607-5923-29-1

Todos los derechos reservados. Se permite la reproducción de la presente obra, por cualquier medio impreso, electrónico, auditivo, con la autorización por escrito de los editores y el titular de los derechos y citando la fuente.

Impreso en México