

DÍAZ MÉNDEZ, CECILIA (coordinadora). *Hábitos alimentarios de los españoles*. Madrid: Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente, 2013. 157 p.

La obra, de cuatro autores y 157 páginas aborda el tema de actualidad sobre hábitos alimentarios, de una forma diferente (social) a trabajos anteriores que suelen tener un enfoque más económico o estructuralista.

Los autores se basan en el trabajo llevado a cabo por el grupo investigador en Sociología de la Alimentación de la Universidad de Oviedo que en 2012 realizó una encuesta nacional de hábitos alimentarios (ENHALI 2012).

Se hace hincapié en la dimensión social de la alimentación tratando de identificar los factores que inciden en la transformación de los hábitos o su permanencia. La originalidad del enfoque permite hacer análisis comparativos con otros trabajos buscando sinergias y explicaciones globales.

El libro se estructura en una documentada introducción, cuatro capítulos centrales y unas conclusiones.

La parte introductoria llama la atención sobre algunos conceptos básicos del sistema alimentario y su evolución. La variedad de la oferta y el alargamiento de la cadena alimentaria, desde productor a consumidor está llevando a un desconocimiento de los agentes comerciales, lo que aumenta la desconfianza y el riesgo.

El cambio de nuestra dieta alimentaria, habitualmente de tipo mediterráneo, hacia una convergencia con dietas menos saludables, está llevando a un mayor índice de obesidad en nuestra población. Los autores resaltan la preocupación por los efectos del cambio en hábitos alimentarios, tras los estudios económicos y nutricionales, y los efectos en las generaciones futuras. El incremento de productos procesados y azucarados se ve acompañado por una menor ingesta de pescados y legumbres.

Todos los capítulos se encuentran documentados con tablas y gráficos, procedentes de la encuesta, lo que aporta un indudable valor al lector, al permitirle cuantificar y evaluar los temas expuestos.

El primer capítulo sobre “organización de la alimentación cotidiana” incluye un análisis estructural, con detalle sobre los ritmos alimentarios, ho-

rarios, y lugares de compra. Discierne entre la responsabilidad en la preparación y la compra, lo que servirá de base para tratar de explicar posteriormente la capacidad de adaptación a la crisis económica, reduciendo el gasto de compra y tratando de mantener los hábitos de consumo. Llamamos la atención de que “el precio a pesar de la crisis no es un criterio prioritario” (página 41). Sin embargo en otras ocasiones los comentarios difieren. Inclusive habría que explicar el cambio de estrategias de las cadenas de distribución alimentaria, donde el precio bajo es su eje central y les ha permitido ganar cuota de mercado.

La alimentación fuera del hogar ocupa el segundo capítulo. Es un hábito que lo practican una tercera parte de los encuestados, y el motivo esencial es de carácter laboral. La crisis económica ha ralentizado su ritmo creciente, y en muchos casos, especialmente estudiantes se ha recuperado la comida en fiambra procedente del domicilio.

Las comidas de ocio, fuera del hogar se han visto afectadas por la crisis económica, como era de esperar.

El tercer capítulo lo dedican a la confianza y riesgo alimentario, y la sería preocupación en este campo, que ha ido en aumento. Hay no obstante una situación dual, donde el 55% se muestra tranquilo y el 44% siente temor. Aquí hemos de añadir que las respuestas de los encuestados varían significativamente según el momento en que se realizan, si están o no próximas a un reciente escándalo alimentario y sus consecuencias, hecho que debería ser puesto de manifiesto por los autores.

En el caso de las vacas locas, el grado de confianza en España, se desplomó, y las organizaciones más valoradas eran las de proximidad (“el carnicero de toda la vida”) en tanto que los organismos oficiales estaban desacreditados (todavía no existía la Agencia de Seguridad Alimentaria). Es de general interés la valoración del riesgo de los diferentes alimentos (Gráfico 3.2) llamando la atención los platos preparados y los pasteles.

El capítulo 4 se centra en los cambios alimentarios y hábitos saludables. A finales del siglo pasado se van imponiendo las comidas individualizadas y desestructuradas, tratando simultáneamente de encontrar modelos saludables.

Aquí las tendencias son variadas. Hay una inercia de ciertos grupos de la población en mantener su estructura de comidas propias de la cultura mediterránea, en tanto que otras optan por hábitos más globales. El componente de salud se mantiene, figurando en primeros lugares verduras, frutas y pescados. No obstante, los que más gustan son carnes y embutidos, y pescados (página 99).

Las conclusiones hacen una reflexión en profundidad de los principales resultados, de gran utilidad para el lector. Hubiese sido de interés contrastar esos puntos de vista con otros trabajos, tanto en España como en otros países del entorno.

La estructura alimentaria habitual (desayuno, comida y cena) ligada a las franjas horarias es una cuestión de análisis, pues una parte de la población por motivos laborales sigue el “horario europeo”, incluso está en estudio cambiar el horario, alineándonos con el de Londres.

Los hábitos en lugares de compra se relacionan también con la edad de las personas, y trabajos como el de Ildefonso Grande puntualizan los motivos para ello. En este trabajo se llama la atención sobre la sociabilidad del acto de comer.

La preocupación por la salud, es un denominador común en el trabajo realizado, sin embargo sería de interés analizar la actitud por segmentos de edad. Los más jóvenes suelen tener menor preocupación que los adultos.

Como frase a resaltar, la mayoría de los entrevistados “quiere comer en compañía, degustar alimentos sabrosos y no desatender su salud” (página 120). Otra cuestión es la priorización de esos deseos en situaciones de crisis como la actual.

Resumiendo, es un trabajo interesante, tanto en el enfoque como en la información empírica aportada, y debe ser tenido en cuenta por todos los estudiosos de nuestro sistema alimentario.

JULIÁN BRIZ ESCRIBANO

Universidad Politécnica de Madrid