

# INVESTIGACION

## Aspectos socioculturales y técnico-nutricionales en la alimentación de un grupo de adultos mayores del centro gerontológico Colonia de Belencito de Medellín-Colombia

PERSPECTIVAS EN NUTRICIÓN HUMANA  
ISSN 0124-4108 Vol. 12 No. 1 Enero-Junio de 2010  
Universidad de Antioquia. Medellín. Colombia págs. 61-74

Artículo recibido: 30 de abril de 2010  
Aceptado: 16 de junio de 2010

Fabio Andrés Franco Giraldo<sup>1,2</sup>; Luz Marina Arboleda Montoya<sup>1</sup>

### Resumen

**Objetivo:** interpretar los aspectos socioculturales y técnico-nutricionales de la alimentación de un grupo de adultos mayores del centro gerontológico Colonia de Belencito. **Materiales y métodos:** el estudio se fundamentó en el enfoque de investigación cualitativa y se utilizó como perspectiva metodológica la etnografía de tipo particularista o enfocada. Las técnicas para la recolección de la información fueron la observación participante, la entrevista en profundidad, la entrevista semiestructurada y los grupos de discusión. **Resultados:** entre los principales hallazgos se encontró que el concepto de adulto mayor y los aspectos socioculturales de las directrices políticas que rigen la alimentación en la institución, no corresponden a lo que se propone para un proceso de envejecimiento activo; las especificaciones técnicas para el diseño de la minuta alimentaria se enmarcan en un modelo medicalizado de la alimentación; los adultos mayores manifestaron un gusto marcado por la alimentación tradicional, la cual dentro de los procesos de socialización marca una identidad y un entorno de significaciones alimentarias.

**Palabras clave:** conducta alimentaria, alimentos tradicionales, alimentación colectiva, servicio de alimentación, hogares para ancianos, programas y políticas de nutrición y alimentación, ancianos.

<sup>1</sup> Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia. Medellín-Colombia.

<sup>2</sup> nutrifan@yahoo.com

Como citar este artículo: Franco Giraldo FA, Arboleda Montoya LM. Aspectos socioculturales y técnico-nutricionales en la alimentación de un grupo de adultos mayores del centro gerontológico Colonia de Belencito de Medellín-Colombia. *Perspect Nutr Humana*. 2010;12:61-74.

## Social and cultural characteristics influencing alimentary and nutritional aspects of elderly people, living in a center care Colonia de Belencito, Medellín-Colombia

### Abstract

**Objective:** The main purpose of this research was to determine social and cultural characteristics influencing alimentary and nutritional aspects of elderly people, living in a center care called Colonia de Belencito Medellin. **Methods:** This is a qualitative study that including different techniques to collect data like direct observational process, semi structured surveys and focus groups method. **Results:** The main results showed in this study was that elderly concept and socio-cultural characteristics influencing nutrition behaviors in this population, don't fit with the proposed model for an active and healthy elderly process; the specific techniques to design menus for this specific group of population are submitted to a classical medical nutrition model: elderly people affirmed that they prefer traditional food, because of it is a socializing process that establish cultural identity of alimentary meaning.

**Key words:** feeding behavior, traditional food, food services, homes for the aged, nutrition programs and policies, collective feeding, aged.

### INTRODUCCIÓN

La connotación existente de adulto mayor es variada y puede ser de respeto, sabiduría, dependencia, afecto, admiración o culpa, cambiando según el contexto, el país, la religión, el sistema sociopolítico, entre otros; todas estas connotaciones se manifiestan en los cuidados y el trato que se otorgan al adulto mayor, y son el Estado y la familia los principales responsables de ofrecer una atención oportuna y digna, que considere los derechos propios de todo ser humano y que procure una calidad de vida óptima.

La Secretaría de Salud y la Personería de Medellín (1) encontraron que para el año 2008 en los hogares geriátricos y de atención al adulto mayor se presentaban condiciones que vulneraban los derechos de esta población; tales como hacinamiento, falta de idoneidad en el perfil de las personas que prestan la atención e incumplimiento a la normatividad, primordialmente aquellas normas referidas a las condiciones higiénico-sanitarias y al manejo de los

servicios de alimentación. Lo anterior se refuerza con la investigación realizada en Medellín por Cardona, Estrada y Agudelo (2), en la que se identificaron una serie de dificultades, como el aumento progresivo en el número de las personas adultas mayores dependientes, un nivel insuficiente de cobertura y acceso a los servicios de salud, además una reducida participación de los adultos mayores en procesos sociales, dada no solo por la situación biológica del envejecimiento, sino por barreras generadas desde estructuras culturales, sociales y económicas.

Otro factor a considerar en la atención al adulto mayor es la ausencia de referentes históricos y culturales en los programas alimentarios asistenciales, pues dichos programas están fundamentados principalmente en aspectos técnico-nutricionales evidenciados en el diseño e implementación de minutas patrón preestablecidas; ejemplo de esto son algunas de las especificaciones técnicas que se exigen en los procesos de licitación para la contratación de la alimentación, como el límite en el aporte de kilocalorías, el control en el número de

porciones por tipo de alimentos y diferenciadas por género, y la derivación de dietas terapéuticas (3,4). Situación aún presente a pesar de la directriz dada en la observación general 12 de la Comisión de los Derechos Económicos, Sociales y Culturales (5), que estableció el derecho a tener una alimentación adecuada en cantidad y calidad, que satisfaga las necesidades nutricionales, que sea inocua para la salud y que sea culturalmente aceptada, lo cual significa que hay que tener también en cuenta, en la medida de lo posible, los valores no relacionados con la nutrición que se asocian a los alimentos y el consumo de alimentos.

Considerar factores socioculturales en las políticas alimentarias ayudaría a contextualizar de mejor manera la construcción de directrices para el diseño de programas alimentarios, al respecto Gracia (6) afirma que: el consumidor, en relación con los bienes alimentarios, se presenta como un sujeto cuyas elecciones están en función del contexto social en el que se mueve y como un ser portador de percepciones, representaciones y valores que se integran y completan con el resto de sus ámbitos y esferas de actividad; señalando de esta manera la necesidad de articular lo cultural a lo alimentario.

Por tanto, la alimentación como acto sociocultural se reviste de una gran complejidad está presente en la cotidianidad de los sujetos y se configura desde múltiples factores económicos, sociales, culturales y políticos (7-11). Según Aranceta (12) los actos socioculturales, como la alimentación, están ligados a los significados emocionales, sociales y míticos del alimento; por consiguiente, los factores socioculturales son relevantes en el diseño de programas alimentarios.

Correspondiendo a lo anterior, esta investigación se realizó entre los meses de noviembre de 2009 y marzo de 2010, y planteó como objetivo general interpretar los aspectos socioculturales y técnico-nutricionales de la alimentación de un grupo de

adultos mayores del centro gerontológico Colonia de Belencito; y como objetivos específicos: interpretar los significados que los adultos mayores dan a su alimentación, identificar los gustos y los rechazos alimentarios de la misma población, así como los criterios técnico-administrativos utilizados para el diseño y el suministro de la alimentación, y establecer pautas en aspectos socioculturales que puedan ser incluidos en el diseño de programas alimentarios integrales dirigidos a los adultos mayores.

La Colonia de Belencito es un centro gerontológico público, adscrito a la Unidad de Atención a la Tercera Edad (UATE) de la Dirección de Seguridad y Soberanía Alimentaria y Nutricional de la Secretaría de Bienestar Social, que atiende a adultos mayores residentes en el municipio de Medellín bajo un modelo de larga estancia, en el que son separados por hábitats o pabellones para su alojamiento según el género y capacidad funcional. Tiene como objetivo institucional brindar atención integral al adulto mayor, indigente o en condiciones de abandono, carente de apoyo, sin seguridad social, con el fin de mejorar su calidad de vida.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Esta investigación se fundamentó en el enfoque cualitativo, que como lo exponen Bonilla y Rodríguez (13), centra su interés por captar la realidad social a través de los ojos de la gente que está siendo estudiada. Acerca de las investigaciones cualitativas, Álvarez (14) considera que son potentes y muy pertinentes, para describir, explicar e interpretar asuntos que desde las ciencias naturales no se pueden abordar, como la cultura alimentaria.

Como perspectiva metodológica se utilizó la etnografía, definida como cualquier descripción parcial o total de un grupo, la cual integra el contexto para la comprensión del comportamiento de las personas (15); hace parte de la teoría cultural, y asume que las creencias y los valores son compartidos por los par-

ticipantes, son aprendidos y que el comportamiento tiene patrones (16). Específicamente el estudio se apoyó en la etnografía de tipo particularista o enfocada que centra su atención en un grupo social específico e identifica valores y normas culturales (15).

Las técnicas de recolección de la información utilizadas fueron: observación participante, entrevista en profundidad, entrevistas semiestructuradas y grupos de discusión.

**La observación participante**, que como eje integrador del trabajo de campo posibilitó la participación en la vida cotidiana y el contacto con los adultos mayores sin generar interferencias durante un período de cinco meses. Según Geertz (17), la observación adquiere un papel prioritario al estudiar una cultura y las conductas de los grupos sociales, alcanzando la identificación del significado de los símbolos culturales. En el proceso investigativo fueron observados los adultos mayores en sus diferentes espacios para la alimentación y el esparcimiento, además en su interacción con el equipo de profesionales y de apoyo. Para Galeano (18), la observación participante, cuando se usa en combinación con la entrevista, ofrece una forma muy eficiente de poner en duda la relación entre las palabras y los actos. El observador está en condiciones de darse cuenta si la gente dice lo que quiere decir y quiere decir lo que dice. Dicha aproximación entre la observación y la **entrevista en profundidad**, esta última realizada con diez adultos mayores, permitió relacionar las directrices técnico-nutricionales con los aspectos socioculturales, y la interpretación de significados de la alimentación de los adultos mayores (19).

Adicionalmente se realizaron siete **entrevistas semiestructuradas**, para identificar los criterios técnicos del suministro de la alimentación y su relación con los aspectos socioculturales de la alimentación de los adultos mayores. De igual manera, se utilizaron los **grupos de discusión**, cuatro en total, los cuales facilitaron el diálogo, la conversación, la

producción y reproducción de un discurso con los adultos mayores. Esta técnica permitió además la apropiación de los valores y los sentimientos relacionados con la alimentación de los adultos mayores y la comprensión del significado y las creencias atribuidas a su acto alimentario. Los grupos de discusión se planearon acorde a una representatividad tipológica dada por la antigüedad en la institución y la capacidad mental de los adultos mayores según el criterio de profesionales (20).

El proceso de recolección de la información contó con la participación de auxiliares de enfermería, profesionales en nutrición y adultos mayores, considerados como interlocutores; los adultos mayores pertenecían a los hábitats de El Carmen y de Santa Teresa, de la Colonia de Belencito. Se estableció así una selección de los participantes de manera intencional y un contacto escrito y verbal previo a la generación de la información (21-22).

La recolección de la información a través de las diferentes técnicas se consideró suficiente al alcanzar la saturación de la misma acorde a los objetivos propuestos (23). Para la identificación de los diferentes testimonios se utilizó un número correspondiente al consecutivo según la participación de los adultos mayores en la investigación, seguido de las letras H o M de acuerdo al género y las letras finales indican la inicial al nombre de la técnica utilizada para la recolección de la información (E entrevista estructurada, ES entrevista semiestructurada, EP entrevista en profundidad, GD grupo de discusión).

El análisis de la información se inició desde la ejecución de las técnicas para la recolección de la misma, las cuales fueron grabadas y transcritas, y por medio de la codificación abierta y axial, fueron reducidos los datos obtenidos, concibiéndose el análisis como una manera de relacionar nuestros datos con nuestras ideas acerca de ellos (24). Luego se identificaron subconjuntos conceptuales que dieron pie a categorías emergentes, y que con

las preestablecidas permitieron apropiarse los datos obtenidos e interpretar la relación entre la alimentación del adulto mayor y los lineamientos técnico-nutricionales. La información obtenida se relacionó con teorías socioculturales con el fin de establecer relaciones conceptuales que dimensionen la pertinencia cultural de los hallazgos para dar una visión integral del problema estudiado (25). Como producto del anterior proceso se configuraron cuatro categorías: concepción de adulto mayor en la Colonia de Belencito, aspectos socioculturales y técnicos presentes en el marco político de la alimentación del adulto mayor, aspectos socioculturales presentes en la alimentación del adulto mayor y pautas para integrar lineamientos socioculturales en las políticas alimentarias y en las especificaciones técnicas para suministrar la alimentación al adulto mayor.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### Concepción de adulto mayor en la Colonia de Belencito

La Política Nacional de Envejecimiento y Vejez (26) contempla la siguiente definición de adulto mayor: mujeres y hombres que tienen 60 años o más (o mayores de 50 años si son poblaciones de riesgo, por ejemplo indígenas o indígenas); y define envejecimiento como el conjunto de transformaciones y o cambios que aparecen en el individuo a lo largo de la vida; luego ofrece otro concepto de envejecimiento activo propuesto por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que incorpora elementos humanos y de capacidades del adulto mayor, argumentando que El envejecimiento activo Permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo de vida y participar en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades. El término activo hace referencia a una participación continua en las cuestiones sociales, económicas, culturales, espirituales y cívicas.

La anterior connotación de adulto mayor, como una persona activa, es la que se adopta en esta investigación, debido a que ésta valora y considera las capacidades de los adultos mayores.

Dicha política reconoce como necesidad reconfigurar la visión que se tiene del envejecimiento como un problema, permitiendo asumir de manera diferente y renovadora algunos de los retos frente al adulto mayor que, desde una construcción social de la vejez, connota un imaginario cultural de adversidad.

En la Colonia de Belencito se tiene un paradigma del adulto mayor de dependencia y enfermedad, asumida como una situación de normalidad, inclusive para algunos adultos mayores; no obstante para otros esta situación es molesta pues prefieren sentirse valorados y útiles. Dicha concepción desfavorable genera una actitud de sobreprotección hacia el adulto mayor entre los visitantes y en gran parte de quienes laboran allí.

“El adulto mayor es una personita muy indefensa (...), igual hay que exigirles como a niños chiquitos y hay que ponerles normas y hay que hacer que ellos las acaten de una manera adecuada” (14MES).

Por consiguiente, la perspectiva de atención que se le brinda a los adultos mayores en la Colonia está en el marco de vulnerabilidad y protección, en el que son cubiertas sus necesidades en salud, alimentación, vestuario y atención en general; tal perspectiva enfila una serie de creencias y prejuicios de discriminación y exclusión, al respecto Osorio (27) sustenta como desfavorece un sistema de política social que se intenciona a partir de un paradigma de beneficio y protección; aduciendo también que las personas mayores son, en el sentido sociológico del término, marginadas, están integrando la sociedad pero no participan de ella, sólo pueden recibir beneficios de ésta sin dirigir ni tomar decisiones.

## Aspectos socioculturales de la alimentación del adulto mayor

La condición de protección instaurada en la Colonia genera en los adultos mayores un comportamiento de inutilidad y una percepción de menosprecio, lo que limita las alternativas para lograr un envejecimiento activo y efectivo. Sobre este aspecto expresa un adulto mayor, dedicado a trabajar durante toda su vida:

“Es que acá el que no llega loco se enloquece del aburrimiento, yo he estado enseñado a ganarme el pan con mis propias manos y me da tristeza usarlas haciendo pendejaditas con cartón y plastilina”.

De acuerdo con lo anterior, es clara la contradicción existente entre el referente conceptual de la Política de Envejecimiento y Vejez en la concepción del adulto mayor, y la forma de expresión en el trato dada en la Colonia; por tanto se hace necesario repensar el concepto adverso que se tiene del adulto mayor considerando lo expresado en el marco de la primera Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento (28): es muy posible que un día las propias personas de edad, con la fuerza dimanante del aumento de su número e influencia, obliguen a la sociedad a adoptar un concepto de la vejez positivo, activo y orientado hacia el desarrollo.

### Aspectos socioculturales y técnicos presentes en el marco político de la alimentación del adulto mayor

Los lineamientos técnicos para el suministro de la alimentación del adulto mayor se enmarcan en la línea estratégica 2 del Plan de Desarrollo de Medellín: Desarrollo y Bienestar para la Población (29) el cual, en términos de seguridad alimentaria, remite la atención de la población adulta mayor a través de estrategias de complementación alimentaria, que como lo plantea Álvarez (14) corresponden a un enfoque reduccionista dentro de la nutrición pública. Esta perspectiva reduccionista se evidenció en el diseño de la minuta patrón que deriva de las reco-

mendaciones de energía y de nutrientes del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), sin tener en cuenta un análisis más profundo e integral de la situación del adulto mayor, que pudiera replantear el diseño de lineamientos para la alimentación. Cada año, cuando se da inicio a una nueva contratación para el servicio de alimentación, sólo se “copian y pegan los pliegos” que contienen las especificaciones técnicas para la elaboración de la minuta, y sólo modifican algunos aspectos relacionados con inquietudes o reclamos de los adultos mayores y los aspectos presupuestales.

“Los criterios para los pliegos de condiciones de alimentación son definidos de manera autónoma por la nutricionista dietista encargada del proyecto en la Secretaría de Bienestar Social (...). Igualmente, no se trabaja bajo algún referente o lineamiento de alguna política” (19HES).

En las especificaciones técnicas del pliego de condiciones para la contratación de la alimentación del adulto mayor se incluyen aspectos socioculturales para el diseño de los ciclos de alimentación, los cuales deben incluir preparaciones del agrado de la población objeto de atención y propias de la región antioqueña, además, dentro de los lineamientos también se sugiere ofrecer alimentos acorde a fechas especiales como el día de la madre, día del padre, navidad, entre otras. Los anteriores son los únicos aspectos de tipo sociocultural explícitos, mientras que los aspectos técnico-nutricionales constituyen el grueso de los lineamientos para el suministro de la alimentación.

Igualmente, el pliego de condiciones considera especificaciones técnicas como la especificidad del número y tamaño de las porciones de alimentos y el número de veces que se deben ofrecer a la semana, situación que limita la preparación de alimentos que responda a los gustos alimentarios del adulto mayor.

“...el pliego en la parte de la minuta está tan supremamente específico que limita al contratista, (...) aquí te dice específicamente cuantas veces tenés que dar carne, cuantas veces frijoles (...) mejor dicho ellos te arman el ciclo de minutas” (6MES).

De esta manera se evidencia, en los aspectos técnico-nutricionales, la presencia de un modelo medicalizado que subyace a la situación de vulnerabilidad del adulto mayor; sobre el cual Guidonet (11) argumenta que se da cuando un fenómeno social que hasta el momento no había formado parte de la esfera médica empieza a ser traducido en estos términos. Desde este subuniverso de significados se ejerce un control sobre las directrices de la alimentación que se traduce en beneficio para la salud, configurando una normatividad que encasilla a los adultos mayores en un consumo de alimentos desfasado de su historia y su cultura.

Bajo este modelo medicalizado es por el cual se rigen la minuta y demás directrices en el pliego de condiciones, que considera la alimentación como una sumatoria de nutrientes, lo que demuestra un dominio de lo nutricional sobre lo cultural (11).

“...es un servicio de alimentación tipo hospitalario, donde toda la comida es hiposódica para todo el mundo” (6MES).

### **Aspectos socioculturales presentes en la alimentación del adulto mayor en la Colonia de Belencito**

En las ciencias biológicas se entiende la alimentación en relación con la nutrición, la salud y la enfermedad, mientras que en el contexto de las ciencias sociales, la alimentación cobra un sentido simbólico, se constituye en un acto social y cultural, inmerso en la interacción de los grupos sociales (10); aspectos que las Naciones Unidas (5) sugieren integrar para el diseño e implementación de programas de asistencia alimentaria, considerando aspectos tanto de una alimentación saludable como de aceptación

y participación de los grupos beneficiarios. Dicha situación no se corresponde con la encontrada en la Colonia de Belencito, en la que se halla ausente el criterio de la participación de los adultos mayores en el diseño de los lineamientos técnico-nutricionales.

La participación del adulto mayor en los programas de asistencia alimentaria ha sido históricamente pasiva, situación generada por el tipo de atención en los programas sociales encaminados a ofrecer servicios que poco permiten la participación con un carácter de gestión de las propias tareas por parte de los involucrados, marginándola del entorno social (30). Mientras que en los planes de acción propuestos en las Asambleas Mundiales sobre el Envejecimiento (28,31), la participación del adulto mayor se constituye en una estrategia para lograr la toma de decisiones en todos los niveles y en el desarrollo y fortalecimiento de los servicios de atención primaria de salud y de atención a largo plazo.

Por otro lado, la alimentación de los adultos mayores en la Colonia se constituye en un evento que invita a la congregación y socialización de éstos, generando un ritual que aunque mecanizado por el mismo sistema institucional, marca la diferencia respecto a otras actividades del día. Es la alimentación, y más concretamente los momentos del consumo de las comidas, lo que establece un alto en el camino, es el indicador del inicio y del cambio de una actividad.

“...ahí muchos comparten, los que no hablan por fuera comparten ahí con el compañero (...), mientras que por fuera cada uno es en su mundo y se aísla (...), me parece que es el momento donde hay más integración de los usuarios” (14MES).

Los adultos mayores asocian el consumo de las comidas con aspectos de salud, identificando alimentos sanadores como la zanahoria rayada para tratar la asfixia, la papa criolla para mejorar la anemia, la leche para conciliar el sueño y dar ánimos y el caldo del frijol como fuente de hierro y tonificador del cuerpo. Así mismo, a la alimentación la relacionan

## Aspectos socioculturales de la alimentación del adulto mayor

con la vitalidad que necesita el cuerpo para poder ejercer las labores diarias, evitando situaciones como la desnutrición o la muerte.

“... Para mí la alimentación es vital para el sostenimiento del cuerpo, porque esto nos da más fuerza” (2HE).

Algunos adultos mayores también asocian el consumo de las comidas con la enfermedad, manifestado en el rechazo de alimentos como las albóndigas y la carne molida por considerar que son preparadas con carne de perro. Otro factor cultural evidenciado está relacionado con aspectos religiosos, como el rechazo en el consumo de carne por considerar que proviene de “seres que padecen la muerte”.

Los adultos mayores también se han apropiado de nuevos conocimientos sobre la alimentación influenciados por el marco biomédico en el que habitan, para quienes el tipo de alimentación se constituye en un factor que preserva el estado de salud.

“...es muy importante porque uno va a recibir ingredientes para el cuerpo, vitaminas” (GD4). “... sin esos alimentos la droga no puede obrar” (GD3).

Otro aspecto cultural relevante en la alimentación de los adultos mayores es el de la costumbre, evidenciada en la expresión “que todo pasado fue mejor”, expresión que encarna extrañeza y anhelo por la alimentación del pasado; recuerdan por ejemplo la arepa recién hecha, bien gruesa, caliente, con mantequilla y quesito, el chocolate espeso, la sustancia de hueso, la mazamorra, los frijoles, el sancocho y el mondongo.

“... me hacen acordar a mi casa cuando vivía mi mamá, cuando los padres de ella nos estaban criando” (4ME). “Cuando vienen los frisoles digo yo, va haber una comida muy sabrosa” (3HEP).

Los adultos mayores de la Colonia rechazan la comida que a su criterio está mal preparada, situación que los obliga a esperar hasta que sea hora de la

próxima comida, que en ocasiones se extiende desde el “algo” de la tarde hasta el desayuno del día siguiente, es decir, más de 14 horas sin consumir alimentos, situación que obviamente genera hambre. Otra manera de rechazar la comida mal preparada es por medio de la protesta; se quejan ante los nutricionistas por estar aguantando hambre y por forzar un cambio en las preparaciones alimentarias.

“...esas comiditas tan malucas, queda uno con hambre (...) nosotras preferimos mas poquito y buenita” (GD1). “Entonces a las dos de la mañana ya tengo hambre y me voy y me tomo unos traguitos de agua” (3HEP).

Respecto a lo anterior, Gracia (32) afirma que los sujetos en ocasiones dejan de comer aun si hay alimentos disponibles; el autoayuno ha constituido una respuesta cultural a situaciones concretas en contextos determinados. Lo anterior abre el debate al tema del gusto, el cual está lleno de sentidos y significados para los adultos mayores; el placer por el alimento también está presente al recordar la cocina y toda su parafernalia tradicional y el deleite por preparaciones bien sazonadas, pues para ellos el sabor no lo dan simplemente los alimentos, sino el resultado de su preparación y combinación. Sus gustos alimenticios permanecen, y algunos han llegado a manifestar que preferirían dos comidas al día únicamente, pero preparadas como a ellos les gusta; es notoria la preferencia y gusto que tienen por la comida tradicional.

“Lo que nos gusta es frijoles o sancocho todo el día, o una sopita bien hehecita que tenga alguna cosita como de sustancia (...). Que nos den arepa caliente con quesito. (...) El frijol, el sancocho de pollo y sancocho de res, el mondonguito espesito, la sopita de legumbre, la mazamorra” (GD1).

Las preparaciones tradicionales tienen sus reglas y formas particulares de preparación para cumplir con el gusto del adulto mayor, también particularizado por una sazón, por lo regional y el legado familiar.



“... si toda la vida comí bien aliñadito y a punta de fritos y hueso, entonces ahora que vienen a exigirle a uno, ya cuando está uno viejo” (1HE).

Es así como el gusto en los adultos mayores podría entenderse como saber, es decir, como la capacidad para distinguir entre lo que es bueno y malo, y lo que es adecuado e inadecuado para consumir; el gusto es definido no por la lengua, sino por el cerebro, un órgano culturalmente (y por tanto históricamente) determinado, a través del cual se aprende y se transmiten los criterios de valoración (33).

“(...) lo que hace falta es más preparación, y que al menos que le pongan más fundamento a la cocina” (3HEP).

A través del gusto los adultos mayores expresan interés por alimentos rendidores que subyacen de su tradicional concepto que asocia la alimentación con la fuerza y el vigor para trabajar; como lo dice Aguirre (34), el gusto coincidirá con las propiedades que cada sector adscribe al cuerpo. Y el cuerpo coincidirá con las propiedades de la comida, configurando por medio de la comida un cuerpo que posee ciertas características según las exigencias del medio, la actividad y del trabajo fuerte al que han estado acostumbrados los adultos mayores; Bourdieu al respecto (35) expresa que el gusto en materia de alimentos depende también de la idea que cada clase se hace del cuerpo y de los efectos de la alimentación sobre el mismo. Cultura convertida en natura, esto es, incorporada, clase hecha de cuerpo, el gusto contribuye a hacer el cuerpo de la clase.

A través del sabor y la consciencia los adultos mayores ambientan historias que se plagan de recuerdos representados por una tradición cultural de un pasado que sigue latente, de un mundo donde el gusto se identifica con los significados de la alimentación tradicional. Mintz (39) se refiere a los significados alimentarios como una serie de atributos que son dados por los grupos sociales y que conceden

determinadas categorías a los alimentos estableciendo formas, criterios, condiciones y momentos propios para su elección. De igual manera Cruz (10) al referirse al carácter simbólico del alimento considera que un individuo no ve en el alimento solamente un objeto nutritivo que le causa placer, sino algo que posee también una significación simbólica: la que se le confiere dentro de la estela cultural (costumbres y usos) en la cual vive y se comunica con los demás.

### **Pautas para integrar lineamientos socioculturales en las políticas alimentarias y en las especificaciones técnicas**

De acuerdo con los aspectos conceptuales y lineamientos de las políticas alimentarias y de envejecimiento y vejez, de los hallazgos de esta investigación, y de las propuestas de sus actores, se estructuraron unas pautas para que sean consideradas a nivel conceptual y en las especificaciones técnicas que rigen los pliegos contractuales para la alimentación de los adultos mayores en la Colonia de Belencito.

Se analizaron aspectos de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (36) que proponen, con relación al adulto mayor, mantener una cobertura con el suministro de complemento alimentario, siendo esta propuesta muy limitada al hacer parte de una estrategia que esboza como determinantes para el consumo la cultura, los hábitos alimentarios, la educación alimentaria y nutricional, y la publicidad, entre otros. De igual manera se analizó la propuesta para el Programa de Seguridad y Soberanía Alimentaria y Nutricional para el municipio de Medellín (37), el cual pretende impulsar el mejoramiento de la calidad de vida a partir del acceso integral y sostenible a los programas asistenciales del municipio, aduciendo el principio de la corresponsabilidad en el marco de la seguridad y soberanía alimentaria y nutricional, en la que no quedan implícitos aspectos socioculturales para la alimentación del adulto mayor. También se exploró

la base estratégica de seguridad alimentaria y nutricional de la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez (26), que basa sus líneas de acción en los componentes de disponibilidad y acceso a alimentos adecuados, en un sistema de vigilancia alimentaria y nutricional.

En estas directrices políticas se encuentra implícito el criterio de una atención alimentaria culturalmente aceptable y participativa para el adulto mayor; sin embargo, este criterio se diluye en el proceso de implementación de programas y proyectos, en los cuales es evidente la ausencia de referentes antropológicos que contemplan aspectos socioculturales en el acto alimentario de los adultos mayores como saberes, significados, creencias, expectativas y prácticas, que permiten implementar intervenciones alimentarias más integrales e integradoras (6,11,34,38,40).

Lo anterior sugiere el reconocimiento de realidades culturales que no siempre son de fácil comprensión e interpretación, requiriendo un apoyo multidisciplinario y articulado tanto del orden biológico como del sociocultural, siendo este último el que permite una mayor comprensión del acto alimentario, y que apoyado en la antropología de la alimentación, logra armonizar el diseño de un programa alimentario más contextualizado (41). Tal diseño podría ajustarse a otras instituciones geriátricas en el municipio de Medellín orientadas por la Secretaría de Bienestar Social, las cuales difieren en pocos aspectos técnico-nutricionales.

Con respecto a los lineamientos de la alimentación, es necesario dar una mirada más profunda a la participación del adulto mayor, aceptándolo como una persona activa, diferente a ser receptor de beneficios; aproximando la atención institucional con el ambiente, pues el envejecer depende, además de otros factores, del sitio donde se vive, de la manera de relacionarse con los demás y el cómo

se interactúa y responde a diferentes abordajes especializados, entre ellos el alimentario (27,42).

Se corrobora teóricamente asumir de manera contextualizada e integrada factores estructurales de las políticas públicas (valores sociales y culturales, protección social, educación), que ayudan a incluir la participación de los adultos mayores en la toma de decisiones, convirtiendo la alimentación en un momento diferente al hecho de suplir una necesidad; asumiendo además su historia y su cultura (42).

La visión de los adultos mayores frente a la alimentación está enmarcada en el gusto por lo tradicional, con su sazón y demás propiedades; lo anterior sugiere un interés por participar del proceso de preparación de las comidas garantizando el deleite por lo cocinado, cambiando algunas alimentos “desabridos, afrechudos y aguachentos” del modelo terapéutico, por la comida “montañera” a la cual hacen referencia y añoran, lo que hace evidente la expresión de su cultura, pues la comida se transfigura en cultura al ser preparada, consumida y compartida con toda su parafernalia, elecciones y valores simbólicos (33).

Es así como al tener en cuenta en los lineamientos alimentarios saberes y prácticas de este tipo que son conservados por los adultos mayores, podría propiciar una mayor aceptación de las comida (43). Sobre los saberes y prácticas alimentarias, Arboleda (44) argumenta que son difíciles de cambiar pues estos ofrecen explicaciones y respuestas a la realidad de los sujetos que se basa en la experiencia y se reproduce y transmite socialmente.

Otro grupo de actores son los profesionales y técnicos que laboran en la Colonia, de quienes pudo identificarse una serie de proposiciones respecto de la minuta, que apuntan al incremento y diversificación de alimentos. Este punto de vista, aunque importante desde lo biológico para los adultos mayores, exacerba la medicalización de la alimentación,

asocia las prácticas alimentarias y la concepción del cuerpo como un conjunto de sistemas que depende de lo que aportan los alimentos, encubriendo su significado sociocultural y contextualizando un dominio de lo nutricional sobre lo cultural (11).

La articulación de las consideraciones anteriores, dadas al diseño y elaboración de la minuta en la Colonia, a partir de aspectos políticos, de los técnicos del equipo de trabajo y del aporte de los adultos mayores, genera un visión alternativa que necesariamente adquiere forma y fluidez desde el análisis sociocultural del fenómeno alimentario y que, apoyado en una perspectiva etnográfica, fortalece su papel como acto participativo integral e integrador en las intervenciones alimentarias, tal como se espera de las iniciativas públicas (45).

Lo anterior permite un enriquecimiento a partir de aspectos antropológicos de la alimentación, es decir, en las relaciones sociales que comprometen a los grupos poblacionales en el acto alimentario, sin desestimar el saber popular que para el caso de los adultos mayores permite la experiencia para afrontar lo cotidiano y compartir una realidad bajo una igualdad de condiciones. Concebir a partir de la antropología un redireccionamiento de las especificaciones técnicas de la alimentación para el adulto mayor, es ampliar comprensión del fenómeno de la alimentación enfocando una visión más holística e incluyente frente a factores socioculturales, políticos y económicos, evitando reduccionismos que, como es común, recaen en lo biológico (34,44,46).

## CONCLUSIONES

El concepto de adulto mayor que existe en la Colonia no corresponde con lo que se propone para un proceso de envejecimiento activo, evitando una integración participativa de esta población en el diseño de especificaciones técnicas para el suministro de la alimentación.

Las políticas alimentarias alrededor del adulto mayor están estructuradas con base en aspectos técnico-nutricionales, y aunque implícitamente incluyen aspectos socioculturales, éstos se atenúan y lesionan al expresar estas políticas en programas y proyectos.

Las especificaciones técnicas para la alimentación del adulto mayor de la Colonia de Belencito están establecidas bajo el modelo medicalizado de la alimentación, que conlleva a un suministro de alimentos que suple un requerimiento nutricional pero que desentona de un panorama contextualizado en aspectos socioculturales, propia del asistencialismo alimentario.

Existen aspectos relacionados con lo que se considera una comida tradicional, y que independiente de cómo interactúe el modelo terapéutico alimentario desde lo institucional, permite a los adultos mayores mantener un arraigo cultural que sobresale sobre lo cotidiano.

Los adultos mayores manifestaron un marcado gusto por la alimentación tradicional como frijoles, sancocho, mondongo, mazamorra, arepa, chocolate, entre otros, la cual dentro de los procesos de socialización marca una identidad y un entorno de significaciones alimentarias.

Además del gusto por lo tradicional, los adultos mayores han aprendido a encontrar el gusto por lo que técnicamente se considera como una alimentación terapéutica, en la que se configura a un cuerpo enfermo, apropiando una idea diferente del gusto, ya no por placer sino por lo necesario.

Los adultos mayores de la Colonia de Belencito simplemente comen lo que se les ofrece, adoptando un comportamiento alimentario que difiere de su historia y su quehacer tradicional y que se encasilla en una alimentación con el carácter de asistencia social.

## Referencias

1. Medellín. Personería Municipal. Programas del adulto mayor [video] Medellín: Personería TV; 2008 [citado junio 2009]. Disponible en: <http://www.personeriamedellin.gov.co/index.php/multimedia/videos/la-personeria-teve/item/4-poblaci%C3%B3n-adulto-mayor-institucionalizada>.
2. Cardona DA, Estrada A, Agudelo HB. Envejecer nos toca a todos. Caracterización de algunos componentes de calidad de vida y de condiciones de salud de la población adulta mayor. Medellín: Facultad de Salud Pública; 2002.
3. Medellín. Secretaría de Bienestar Social. Especificaciones técnicas de alimentación para la red institucional. Medellín; 2009.
4. Medellín. Alcaldía. Especificaciones técnicas para la contratación de atención integral a 400 adultos mayores en la red de asistencia social – red institucional. Medellín: Secretaría de Bienestar Social; 2009.
5. Naciones Unidas. Consejo Económico y Social. Derecho a una alimentación adecuada: artículo 11, 20º período de sesiones. Nueva York; 1999 [citado junio 2009]. Disponible en: <http://www.cetim.ch/es/documents/Anexo-Observaciongeneral12.pdf>.
6. Gracia M. Alimentación y cultura: ¿Hacia un nuevo orden alimentario? Valencia: Altaviana; 2003 [citado mayo 2009]. Disponible en: [http://www.altaviana.com/PDF/AlimentacionCultura\\_MabelGracia.pdf](http://www.altaviana.com/PDF/AlimentacionCultura_MabelGracia.pdf)
7. Contreras J. Alimentación y cultura: necesidades, gustos y costumbres. México: Alfaomega Grupo Editor; 2002. p. 9-23.
8. Gracia M. Antropología de la alimentación. En: Prat J, Martínez A. Ensayos de antropología cultural. Homenaje a Claudio Esteva-Fabregat. Barcelona: Ariel; 1996. p. 382-93.
9. Gracia M. La complejidad biosocial de la alimentación humana. Zainak. Cuadernos Antropología Etnográfica 2002 [citado mayo de 2009];35-55. Disponible en: <http://hedatuz.euskomedia.org/2696/1/20035055.pdf>.
10. Cruz J. Alimentación y cultura. Antropología de la conducta alimentaria. Pamplona: Universidad de Navarra; 1991.
11. Guidonet A. La antropología de la alimentación. Madrid: UOC; 2007.
12. Aranceta J. Preferencias y hábitos alimentarios. En: Nutrición comunitaria. 2 ed. Barcelona: Masson; 2001. p. 215-26.
13. Bonilla E, Rodríguez P. Métodos cuantitativos y cualitativos. En: Más allá del dilema de los métodos: la investigación en ciencias sociales. 3 ed. Bogotá: Norma; 1997. p. 77-103.
14. Álvarez M. Nutrición pública: una visión integral e integradora. *Perspect Nutr Humana* 2007;9:63-77.
15. Boyle J. Estilos de etnografía. En: Morse J. ed. Asuntos críticos en los métodos de investigación cualitativa. Medellín: Universidad de Antioquia; 2003. p. 185-214.
16. Morse J. Emerger de los datos: los procesos cognitivos del análisis. Asuntos críticos en los métodos de investigación cualitativa. Medellín: Universidad de Antioquia; 2003. p. 29-55.
17. Geertz C. La interpretación de las culturas. Barcelona: Gedisa; 2003.
18. Galeano ME. Estrategias de investigación social cualitativa. El giro en la mirada. Medellín; La Carreta Editores; 2004.
19. Alcaraz G, Restrepo S. La investigación cualitativa y sus aportes prácticos a la alimentación y nutrición humana. *Perspect Nutr Humana*; 2006;separata:67-78.
20. Callejo J. El grupo de discusión: introducción a una práctica de investigación. Barcelona: Ariel Practicum; 2001.
21. Pardo de VG, Cedeño Collazos M. El muestreo en pocas palabras. Bogotá: McGraw-Hill; 1997. p. 125-6.
22. Bonilla E, Rodríguez P. El proceso de investigación cualitativa. En: Más allá del dilema de los métodos: la investigación en ciencias sociales. 3 ed. Bogotá: Norma; 1997. p. 119-145.

23. Campos Arenas A. Métodos mixtos de investigación: integración de la investigación cuantitativa y la investigación cualitativa. Bogotá: Magisterio; 2009.
24. Coffey A, Atkinson P. Encontrar el sentido a los datos cualitativos. Medellín: Universidad de Antioquia; 2003.
25. Bonilla E, Rodríguez P. Manejo de los datos cualitativos. En: Más allá del dilema de los métodos: la investigación en ciencias sociales. 3 ed. Bogotá: Norma; 1997. p. 243-310.
26. Colombia. Ministerio de la Protección Social. Política Nacional de Envejecimiento y Vejez: 2007-2019. Bogotá; 2007 [citado mayo 2009]. Disponible en: [www.minproteccionsocial.gov.co/asistenciaSocial/Documents/Forms/AllItems.aspx](http://www.minproteccionsocial.gov.co/asistenciaSocial/Documents/Forms/AllItems.aspx).
27. Osorio P. Exclusión generacional: la tercera edad. Rev MAD [en línea]. 2006 [citado mayo de 2010]; 14:7-12. Disponible en: <http://www.revistamad.uchile.cl/14/osorio.pdf>.
28. Asamblea Mundial Sobre el Envejecimiento (1982: Viena). Plan de acción internacional de Viena sobre el envejecimiento. Nueva York: Naciones Unidas; 1982 [citado septiembre de 2009]. Disponible en: <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/asambleaplanviena-01.pdf>.
29. Medellín. Consejo Territorial de Planeación. Plan de desarrollo de Medellín 2008-2011: Medellín es solidaria y competitiva. Medellín: Alcaldía; 2008.
30. Zapata H. Adulto mayor: participación e identidad. Revista de Psicología[en línea] 2001 [citado mayo de 2009];10:188-97 Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=26410114>.
31. Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento (2: 2002: Madrid). Plan de acción internacional de Madrid sobre el envejecimiento. Nueva York: Naciones Unidas; 2002 [citado septiembre de 2009]. Disponible en: [http://www.cepal.org/celade/noticias/documentosdetrabajo/7/36787/Env\\_Plandeaccion2002.pdf](http://www.cepal.org/celade/noticias/documentosdetrabajo/7/36787/Env_Plandeaccion2002.pdf).
32. Gracia M. Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario. Salud Publica Mex. 2007;49:236-42.
33. Montanari M. La comida como cultura. Asturias: ediciones Trea; 2004.
34. Aguirre P. Seguridad alimentaria. una visión desde la antropología alimentaria. Córdoba, Arg: Fundación CLACYD; 2004 [citado julio de 2009];14:22-23. Disponible en: <http://www.suteba.org.ar/download/-da-de-la-alimentacin-el-hambre-es-un-crimen-mundial-10912.pdf>
35. Bourdieu P. La distinción. Criterio y bases sociales del gusto. En: Contreras J. Cambios sociales y cambios alimentarios en la España de la segunda mitad del siglo XX. Barcelona: Zainac; 2000.
36. Colombia. Departamento Nacional de Planeación. Documento Conpes Social 113. Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (PSAN). Bogotá; 2007.
37. Medellín. Alcaldía. Programa de Seguridad y Soberanía Alimentaria y Nutricional. Medellín: Concejo de Medellín; 2005.
38. FAO. El derecho a la alimentación. Roma; 2004.
39. Mintz S. Sabor a comida, sabor a libertad. México: Ediciones de la Reina Roja; 2003.
40. Carrasco N. Antropología de los problemas alimentarios contemporáneos. Etnografía de la intervención alimentaria en la región de la Araucanía-Chile. [tesis doctoral]. Barcelona: Universitat Autònoma de Barcelona; 2004. [citado julio de 2009] Disponible en: <http://ldei.ugr.es/cddi/uploads/tesis/CarrascoHenriquez2005.pdf>.
41. Garine I. Antropología de la alimentación: entre naturaleza y cultura. En: Actas del Congreso Internacional Alimentación y Cultura. Madrid: Museo Nacional de Antropología; 1998 [citado agosto de 2009]. p.13-34. Disponible en: [http://www.muvaet.com/userfiles/file/Ernaehrung\\_und\\_Kultur.pdf](http://www.muvaet.com/userfiles/file/Ernaehrung_und_Kultur.pdf).
42. Fernández R, Corraliza J. Gerontología social. Madrid: Pirámide; 2000.
43. Restrepo SL, Morales RM, Ramírez MC, López MV, Varela LE. Los hábitos alimentarios en el adulto mayor y su relación con los procesos protectores y deteriorantes en salud. Rev Chil Nutr. 2006;33:500-10.

#### **Aspectos socioculturales de la alimentación del adulto mayor**

44. Arboleda LM. Significado del saber popular en alimentación en un grupo de nutricionistas dietistas. *Perspect Nutr Humana*. 2007;9:49-60.
45. Carrasco N. La acción en el campo de los problemas alimentarios. *Regiones. Suplemento de Antropología* [en línea] 2007 [citado agosto de 2009];27:8. Disponible en: <http://www.suplementoregiones.org/pdf/Regiones27.pdf>
46. Gracia M. *Somos lo que comemos. Estudios de alimentación y cultura en España*. Barcelona: Ariel; 2002.