

PRÁCTICAS ALIMENTARIAS E INTERACCIÓN SOCIAL ALREDEDOR DE LA COCA  
DEL ALMUERZO EN ESTUDIANTES DE LA CIUDAD UNIVERSITARIA DE MEDELLÍN,  
SEDE CENTRAL DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

Por:

VALENTINA POSADA ELORZA

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

MEDELLÍN

2016

PRÁCTICAS ALIMENTARIAS E INTERACCIÓN SOCIAL ALREDEDOR DE LA COCA  
DEL ALMUERZO EN ESTUDIANTES DE LA CIUDAD UNIVERSITARIA DE MEDELLÍN,  
SEDE CENTRAL DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA.

Por:

VALENTINA POSADA ELORZA

Trabajo realizado para optar al título de:

PSICÓLOGA

Asesor:

ÓSCAR IGNACIO GIRALDO ROLDÁN

Profesional en Psicología. Magister en Educación

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

MEDELLÍN

2016

## TABLA DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN.....	5
<b>1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>8</b>
1.1. Delimitación del tema.....	8
1.2. Formulación del problema.....	13
1.3. Sistematización.....	13
<b>2. JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>15</b>
<b>3. OBJETIVOS.....</b>	<b>17</b>
3.1. Objetivo general.....	17
3.2. Objetivos específicos.....	17
<b>4. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>18</b>
4.1. Alimentación y ciencias sociales.....	18
4.2. Prácticas alimentarias.....	19
4.3. Interacción y socialización.....	21
<b>5. METODOLOGÍA.....</b>	<b>24</b>
5.1. Enfoque.....	24
5.2. Tipo de estudio.....	24
5.3. Población y muestra.....	25
5.4. Técnicas de recolección de información.....	25
5.5. Criterios de recolección de información.....	27
5.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	27

<b>6. CONSIDERACIONES ÉTICAS</b> .....	28
<b>7. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS</b> .....	29
7.1. El hogar como cocina.....	29
7.1.1. La preparación en casa.....	30
7.1.2. La comida de la mamá.....	32
7.2. La universidad como comedor.....	33
7.2.1. Totalidad.....	33
7.2.2. Apropiación.....	34
7.3. Comer acompañado.....	36
7.3.1. Compañeros.....	36
7.3.2. Alimentar la amistad.....	38
7.4. Comer solo.....	40
7.4.1. Motivos.....	40
7.4.2. Sensaciones.....	41
<b>8. CONCLUSIONES</b> .....	44
<b>9. REFERENCIAS</b> .....	48
<b>10. ANEXOS</b> .....	53



## INTRODUCCIÓN

Diez minutos antes de las horas pares, la ciudadela de la Universidad de Antioquia parece una gran estación donde las personas caminan apresuradas entre una multitud que se esquiva entre sí, pues cada uno se enfoca en su destino y a más de uno le hace falta tiempo. A partir de las 11:30 a.m. el panorama cambia. Aún hay afán, pues así como están quienes salieron de clase y tienen sólo 15 ó 20 minutos para comer o tomar algo antes de continuar sus labores, también están quienes tienen “hueco” y se dirigen, ahora pausados y generalmente acompañados, al lugar elegido para comer.

Un lugar que puede ser diferente cada día, o ser el mismo que se eligió hace meses, o incluso años, y en el que a diario se espera encontrar un puesto libre. Algunos ya llevan en sus manos la coca, fría o recién calentada en alguno de los microondas de los corredores o después de haber hecho fila y pagado 200 pesos en algunas de las cafeterías donde es muy común que hayan comprado una bebida, una porción que complementa el almuerzo o un postrecito.

La coca destapada inunda el ambiente de aromas conocidos, de comida casera. Hay quienes están ansiosos por probar lo que prepararon la noche anterior o esa mañana y hay quienes descubren con sorpresa lo que contiene. Unos se alegran, unos se quejan de la monotonía, unos ofrecen, otros reciben; no todos comen, algunos solo hacen parte del grupo de comensales.

Hasta después de las 2 p.m. los corredores y plazoletas permanecen llenos de personas, solas o acompañadas, comiendo, conversando, compartiendo o repasando para la próxima clase. Incluso a algunos les alcanza para hacer la siesta y luego tomar un tinto.

Unos se apresuran a terminar de comer y se van antes, otros llegan después y se incorporan fácilmente al grupo que los esperaba o al compañero que casualmente encontraron, pero todos buscan un espacio para comer y encontrarse, tal vez compartir, tal vez descansar, tal vez reencontrarse... y como en todas las culturas, buscan hacerlo alrededor del alimento, como quien celebra que la rutina deba ser interrumpida para centrar la atención en la comida.

Con un interés central en la coca del almuerzo de los universitarios y las comidas en grupo, esta investigación se acerca, desde un enfoque cualitativo, al tema de las prácticas alimentarias y las dinámicas de interacción de los estudiantes. Mediante la observación y la entrevista en profundidad se busca identificar las interacciones sociales que se dan alrededor de la coca, tanto en el hogar, donde son preparados los alimentos, como en la universidad, donde son consumidos y, mayormente, compartidos. Se ofrece el panorama de las concepciones de comer acompañado y de comer solo conservando la voz de los entrevistados. Entre los hallazgos se destacan el papel

de las figuras femeninas en la preparación de los alimentos, principalmente la madre; las maneras en que se decide el contenido de la coca; aquello que se comparte, además del pan, entre los grupos que comen juntos y la perspectiva de comer en solitario desde los que lo hacen.



## 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

“Que tengamos que comer es un hecho situado tan primitiva y tan bajamente en el desarrollo de nuestros valores vitales que sin duda es común a todo individuo. Precisamente esto posibilita el reunirse para la comida común, y en la socialización mediada de este modo se desarrolla la superación del mero naturalismo del comer”

(Simmel, 1986)

### 1.1. Delimitación del tema.

Con el trabajo que se desarrollará se pretende pensar la alimentación como práctica que aporta a la estructura y organización de la vida social. Y desde allí comprender los procesos de interacción y socialización que ocurren en el ámbito universitario en torno a la alimentación.

“El tiempo de la comida se reparte entre su consumición, la interacción con aquéllos que nos acompañan y aquellos estímulos que atraen nuestra atención” (Gavino y López, 1999). La alimentación está relacionada con conductas de interacción social sí se comprende la comida como una situación de grupo, pues alrededor de ella nos comunicamos, aprendemos, desarrollamos lazos emocionales... De allí que el interés de éste trabajo se enfoque en la interacción social alrededor de la comida.

En su trabajo, Eduardo Aguirre (2000) define la interacción como un fenómeno de relación social que implica dos aspectos: la influencia mutua y simultánea, y la reciprocidad entre los participantes del vínculo interactivo.

Al centrar la atención en las comidas en grupos y en la importancia del espacio público de la comida, “La coca” se convierte en el foco de atención para explorar la vivencia de las prácticas alimentarias dentro de la universidad y las dinámicas de integración y socialización alrededor del almuerzo.

Como afirman Díaz y Gutiérrez en su investigación, al hablar del proceso de cambio alimentario se debe reconocer el papel central del hogar:

(...) es el espacio en el que se desarrolla la cultura alimentaria de una sociedad, ya no solo porque tradicionalmente se hayan resuelto en su seno las necesidades alimentarias de los individuos, sino porque es en él donde se trata culturalmente la comida a través de su preparación y su consumo colectivo. Pero, además, como agente primario de socialización, la familia y el hogar transmiten las pautas culturales necesarias para la reproducción de estos hábitos, dándoles continuidad. (Díaz y Gutiérrez, 2014)

En esta misma investigación queda identificada una antigua costumbre que va en aumento entre empleados y estudiantes: el consumo extradoméstico de comida preparada en casa. Pues así

se cuenta con una opción “sana, barata, casera y adaptada a los compromisos horarios externos al hogar” (Ídem p.23)

Parece no estar confirmado, pero según la etimología popular:

La voz *famulus*, como la forma *famel* y la palabra *familia* se vinculan a la raíz de *fames* (hambre) (...) de modo que el conjunto de los familiares son aquellos que sacian su hambre en la misma casa.

(Etimologías de Chile)

La Universidad se convierte entonces en la anfitriona que invita a la mesa, en la casa donde la gente se reúne a hacer algo con el hambre, en el hogar que se pierde cuando el hombre se aleja del fuego para buscar alimento o sustento; de ese fuego que hace 20.000 años usó para transformar el alimento, lo que además de dar forma al espacio culinario, aumentó la digestibilidad y el aporte nutricional, ablandó y mejoró el sabor del alimento (Jaramillo, 2008) y, sobre todo, permitió la reunión de la comunidad alrededor del mismo. Creando un vínculo, de ahí en adelante, entre el calor y la comida. Se sale del hogar (dejar el horno, el fuego) a comer frío en el lugar de estudio, pero se busca compañía; se busca el calor del otro. Así, comer fuera de casa es una prolongación del hábito doméstico que vincula las prácticas alimentarias dentro de hogar con las de fuera de él, y sigue estando ligado a las relaciones sociales, pues no se individualiza sino que se come en compañía. “las relaciones sociales dan sentido al alimento también fuera del hogar” (Díaz y Gutiérrez, 2014)

Como lo expone Uribe, el almuerzo hogareño consumido en familia ha sido cambiado, en el caso de “asalariados y estudiantes pobres”, por alimentos preparados en casa pero consumidos por fuera de ella en “la coca”, definida así:

Vasija con tapa, generalmente de plástico, donde se colocan en la mañana los alimentos que van a ser consumidos al mediodía. Se consume de manera rápida para volver a las actividades rutinarias. Esta coca, para garantizar las propiedades organolépticas e higiénicas de los alimentos (...) Se desecha la sopa y el almuerzo se reduce al seco, que ha tenido una preparación temprana y ofrece menores exigencias de conservación. Este seco termina componiéndose de carbohidratos y un pequeño aporte de proteína. (Uribe, 2006)

Uribe afirma que “las prácticas alimentarias abarcan complejas interacciones o relaciones de orden bioquímico, termodinámico, metabólico, pero también psicológico y, sobre todo, social y cultural” (Ídem. p.228)

La dimensión expresiva de la comida, sus creencias implícitas y su valor social y psicológico le permiten a Yoder (citado en Amon Guareschi y Maldavsky, 2005) ampliar las perspectivas en la comprensión de la comida mediante el término *Prácticas de la alimentación*; así, su estudio comprende las actividades que rodean la comida como son la obtención, preservación, preparación, presentación, realización y consumo.

La *obtención* se refiere a la forma de adquirir los alimentos y los complementos relacionados; la *preservación* habla de las estrategias para guardar las comidas y mantenerlas frescas; la *preparación* incluye, desde la elección de la receta y los procesos preparativos de los alimentos para ser cocinados, hasta los métodos y herramientas para cocinarlos; La *presentación* alude a cómo la comida es estéticamente exhibida y servida; La *realización* tiene que ver, entre otros aspectos, con los modos de interacción social a través de la comida; y el *consumo*, con la forma en que come la gente, incluyendo utensilios, mezclas y orden de consumo. También es importante la preparación post-comida en lo que respecta a la limpieza. (Amon, et al. 2005. p.49)

En la Universidad de Antioquia se hace evidente que alrededor de las prácticas alimentarias se desenvuelven diversos significados más allá del simple hecho de comer. Por factores de dinero, tiempo, preferencias o necesidades, algunas personas portan al lugar de estudio o de trabajo los alimentos preparados con anterioridad en el hogar para la hora del almuerzo. “La coca” es bien conocida por todos pues, en un intervalo de tiempo situado alrededor del mediodía, no solo las cafeterías, sino también los corredores, las jardineras, las zonas verdes y hasta los salones de clase se convierten en comedores interactivos donde una vez más queda en evidencia el espacio público de la comida.

## 1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la cotidianidad de los estudiantes de diferentes pregrados de la Ciudad Universitaria de Medellín, Universidad de Antioquia, alrededor de las dinámicas de interacción social relacionadas con las prácticas de preparación, realización y consumo de la coca del almuerzo?

## 1.3. Sistematización

Son varios los factores que confluyen en las interacciones en torno a la comida, para este caso se propone pensar 3 de ellos, indagando sobre; el *lugar* que deciden ocupar para almorzar, las *personas* que lo comparten y que han tenido relación con la coca y, por último, la *comida* que consumen.

Basados en esto se formulan las siguientes preguntas directrices que serán la base de los temas propuestos en la entrevista y a su vez funcionarán como marco de referencia a la hora de realizar el análisis de la información obtenida.

### Lugar:

- ¿Cuáles son los lugares de la Universidad más frecuentados por los estudiantes a la hora de almorzar?

- ¿Cuál es el uso original y primario de ese lugar o cuáles prácticas diferentes a la alimentación se presentan allí?
- ¿Cuál es el horario en que hay más personas y, en promedio, cuánto tiempo permanecen allí?
- ¿Existen preferencias y recurrencia en el habitar ese espacio o es cambiante?
- ¿Cómo sería el lugar perfecto?

**Comida:**

- ¿Quién hace el mercado, decide el menú, prepara y empaca la comida?
- ¿Quiénes y cómo tienen que ver con la coca en el hogar?
- ¿Qué alimentos consumen?
- ¿Cómo lo consumen? (Calientan, separan, comparten, dejan...)

**Personas:**

- ¿Quiénes frecuentan el lugar?
- ¿En compañía de quién se suele comer?
- ¿Cómo se relacionan durante la comida?
- ¿Qué hacen allí además de comer?
- Si hablan sobre la comida ¿Qué dicen?
- ¿Qué cambia cuando comen solos?

## 2. JUSTIFICACIÓN

Como afirma Jane Ogden en su libro *“Psicología de la alimentación: Comportamientos saludables y trastornos alimentarios”*, la literatura científica publicada sobre el ámbito de la alimentación ha sido muy extensa en los últimos años, sin embargo “pocas recogen de manera integral los aspectos fisiológicos, conductuales, cognitivos, emocionales, socioambientales y culturales relativos a la psicología de la alimentación” (Ogden. 2005).

En la Universidad de Antioquia, desde la Facultad de Nutrición y Dietética, el grupo de Puericultura (en su boletín: *La Crianza Humanizada*) y la Dirección de Bienestar Universitario, con los talleres de “Hábitos de alimentación y estilos de vida saludables”, se hace énfasis en:

- Actualizar los conceptos alrededor de la nutrición infantil, ciencia que tiende a favorecer el desarrollo de niños, niñas y adolescentes sanos e inteligentes, con un óptimo nivel de crecimiento y desarrollo, que puedan constituirse en excelentes integrantes del tejido social.
- Resaltar los diferentes tipos de alimentos y su utilidad dentro de la buena preparación de una lonchera laboral que sea saludable y balanceada.

(“Loncheras saludables” actividad de “la palabra sabrosa” en las jornadas universitarias 2012).

Comer en compañía de otros propicia la interacción y la creación de vínculos. Sí, desde un enfoque psicosocial, la psicología estudia al hombre en sus relaciones con el entorno físico y social, se justifica desde allí el querer profundizar en el momento de la comida. Además, como afirma Denise Amon al finalizar su texto:

Dentro del estado del arte de la comida, uno de los caminos de investigación consiste en dar valor a las manifestaciones cotidianas, aparentemente triviales, dentro de las cuales el proceso de preparación de la comida constituye un campo fértil para el estudio de la subjetividad y las relaciones sociales.  
(Amon, 2001)

Una investigación que, desde la psicología, se acerque al tema de las prácticas alimentarias y las dinámicas sociales y relacionales que allí se generan tendrá *valor teórico* en tanto permitirá ampliar perspectivas acerca de la alimentación como hecho social, expondrá una nueva visión sobre lo que sucede en el campus universitario, nos hablará del apetito, de los gustos, de los sabores y de los saberes que se movilizan en un grupo que comparte la comida.

Al aportar en la construcción del conocimiento sobre la vivencia real y actual de las prácticas de *preservación, realización y consumo* de los estudiantes con sus cocas se abre la posibilidad de dialogar sobre cómo desde programas de Bienestar Universitario o como parte de la misión social de la Universidad se debe propender por la formación de estudiantes sanos e integrados, mediante prácticas de pertenecer y estar acompañados que eviten el aislamiento. En esto radica la *relevancia social y las implicaciones prácticas* del estudio.

### **3. OBJETIVOS**

#### **3.1. Objetivo general:**

Describir la cotidianidad de las dinámicas de interacción social alrededor de las prácticas de preparación, realización y consumo de la coca del almuerzo en los estudiantes de la Universidad de Antioquia.

#### **3.2. Objetivos específicos:**

- Indagar por las dinámicas familiares, dentro del hogar, relacionadas con la preparación de la coca.
- Rastrear los lugares de la Universidad en donde los estudiantes se reúnen para consumir el almuerzo.
- Identificar las dinámicas de interacción y socialización de los universitarios alrededor de la coca.

## 4. MARCO TEÓRICO

### 4.1. Alimentación y ciencias sociales.

Denis Amon hace un completo resumen acerca de los focos de atención de los investigadores en las ciencias sociales cuando de comida se trata, entre los que están: la relación entre comida y género; la relación entre comida y sexualidad, como fundamento de la identidad; la relación entre comida y clase social; la relación de la comida con el espacio y la identidad; la relación de la comida con la tradición, el cambio y la sociedad, desde una perspectiva histórica y de desarrollo socio-económico; la relación entre impactos sociales y la modificación en los hábitos alimenticios; el impacto del consumo de comida en las relaciones interpersonales. También sus aspectos simbólicos, las creencias y los significados; el acto de cocinar, relacionándolo con la identidad femenina, los significados psicosociales y la ideología. Sobre el gusto se estudia la percepción condicionada por factores sensoriales o culturales. En algunos estudios desde el psicoanálisis se examina la idea de las relaciones alimenticias a través de los conceptos de diálogo alimenticio y la formación de una matriz alimenticia así como la perspectiva de los lenguajes del erotismo (Amon, 2001).

La mayoría de estudios en el contexto que nos concierne, el universitario, se basan en perspectivas nutricionales y en los factores económicos, temporales y de salud que en ellos inciden, permaneciendo el enfoque psicológico reducido a lo patológico, ignorando la normalidad y cotidianidad del asunto.

En psicología son diversos los estudios cuyo interés recae en los estilos de vida y salud de los universitarios, la calidad de sus dietas y hasta las concepciones que poseen sobre la alimentación (Montero, 2006; Troncoso, 2009; Troncoso y Amaya, 2011; Espinoza, 2011; Irazusta, 2007; Doepking, 2013; Cervera, 2014, entre otros) En ellos se expone, de forma amplia, cómo los factores como la capacidad económica, la poca actividad física, la falta de tiempo, la pérdida de las comidas tradicionales, la débil oferta de alimentos saludables en la institución, la elección inadecuada (preferencia de snacks) y el efecto de la publicidad afectan negativamente la dieta y los hábitos de alimentación de los universitarios.

#### **4.2. Prácticas alimentarias.**

Ya en la delimitación del tema se introdujo la definición de prácticas alimentarias en que se basó este trabajo, sin embargo se sabe necesaria una conceptualización más amplia del término.

En la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia (2010), citado por Molina, se afirma que:

Las prácticas alimentarias son una reconstrucción social, producto del encuentro entre las costumbres y tradiciones ancestrales de alimentación de los individuos y colectivos y las nuevas pautas y costumbres de alimentación que le aporta su entorno presente, este puede ser familiar, laboral o mediático (Molina, 2014).

Montecino cita a Corbeau (1994), quien desde un enfoque sociológico comprende las prácticas alimentarias como un triángulo:

Las prácticas alimentarias son el resultado de tres elementos: un comensal socialmente identificado (por medio de categorías sociológicas como edad, género, escolaridad, ingresos, etc.), una situación (un contexto social, reuniones ordinarias o festivas, espacio doméstico o extradoméstico, público, privado, etc.) y un alimento particular (un producto reconocido y representado dentro de un universo sociocultural). Así, en el vértice del triángulo está el comensal y en los extremos de su base el alimento y la situación. Corbeau sostendrá que este triángulo varía en el espacio y en el tiempo dada la noción de pluralidad del comensal, y porque cada uno de sus elementos posee una historia, individual o colectiva, creadora de símbolos para el alimento y que posibilita la mutación de los rituales alimentarios de acuerdo a la situación (Montecino, 2006).

Restrepo (2005) Plantea ampliamente que la alimentación, como acto cotidiano, trata de un “conjunto de prácticas (...) culturalmente elaboradas y transmitidas desde una cultura determinada”. Éstas prácticas corresponden al modo en que el ser humano se comporta ante los alimentos, al seleccionarlos, prepararlos y consumirlos.

El análisis de la conducta alimentaria incluye el examen de hábitos, creencias, costumbres y patrones de alimentación, los cuales están determinados, desde el lado cultural, por normas sociales, y desde el lado psicológico por exigencias inconscientes. La cultura, con su tradición o historia colectiva, y el inconsciente, con su historia individual, forman un trasfondo desde el cual cobra sentido el “acto de comer” (Restrepo, 2005)

### 4.3. Interacción y socialización.

Como lo expuso Shaw (1981) algunas definiciones de grupo social se clasifican según el criterio de interacción, considerada ésta como una forma de interdependencia. Partiendo de eso, Homas (1950) define al grupo como “un cierto número de personas que se comunican a menudo entre sí durante un período de tiempo, y que son bastante pocas como para que cada persona pueda comunicarse con todas las demás no indirectamente, sino cara a cara”. A lo que precisa Shaw: “Un grupo se definiría como dos o más personas que interactúan mutuamente de tal modo que cada persona influye en todas las demás y es influida por ellas” (Citado en Canto, 1998).

En el texto “*Psicología de los grupos*” se exponen características de los grupos que no emergen de manera inmediata cuando de su estudio se trata, pero que en ésta investigación serán fundamentales, pues más allá de pensar en el liderazgo, los roles, la persuasión o influencia que pueda existir entre los miembros que conforman un grupo, nuestro interés se dirige a considerarlo un encuentro con otro, un encuentro agradable.

La satisfacción de necesidades de supervivencia (primarias) da lugar de inmediato a la aparición de necesidades sociales que se erigen en el fundamento de la persona psicológica. Esas necesidades sociales están incluidas dentro del concepto de afiliación. Y Afiliación, en el Diccionario de la Real Academia es: Acción y efecto de afiliarse, y ésta es: juntar, unir, asociar a una persona a otras que forman corporación o sociedad (Blanco, Caballero y De la Corte, 2005).

En el mismo texto se plantea que “los grupos ocupan una parte decisiva en nuestra vida, envuelven nuestra existencia y no cabe duda de que la hacen más amable” (Ídem). Allí también se enumera como una consecuencia de la gregariedad, “La aparición de la empatía, que se traduce en confort y comodidad en presencia de sus congéneres y un cierto desasosiego en su ausencia” (Ídem).

Si bien es cierto que la interacción se puede definir como “un fenómeno de relación social que implica reciprocidad y bidireccionalidad entre los participantes del vínculo interactivo” (Aguirre, 2000), también es cierto que la interacción se concibe desde tres perspectivas, siendo una de ellas la afiliación donde se admite que “la interacción se fundamenta en la necesidad que tienen los seres humanos de sus semejantes y que se expresa en la tendencia hacia la afiliación, esto es, a procurar ser reconocido y aceptado por otros” (Ídem)

El interés de esta investigación recae en las interacciones alrededor de la preparación de la comida y la conformación de grupos para su consumo. Ante esto Uribe plantea un paso del grupo familiar al grupo de compañeros:

La sociabilidad se ha modificado de manera importante, y sobre todo en el almuerzo se ha alterado radicalmente: éste ha dejado de ser consumido por el grupo familiar reunido y ha dado paso al almuerzo entre amigas y compañeras o en solitario (Uribe, 2006).

Como afirma Fischler, en el acto de alimentarnos convergen, como mínimo, dos dimensiones que se extienden desde lo biológico a lo cultural y desde lo individual a lo colectivo, reuniendo la función nutritiva con la simbólica y la esfera psicológica con la social. (Citado en: Díaz, C. y Gómez, C. 2005) recalcando que las prácticas alimentarias son, sobre todo, prácticas sociales.

(...) de todo lo que es común a los hombres, lo más común es que tienen que comer y beber. Y

precisamente esto es, de una forma peculiar, lo más egoísta, lo limitado al individuo de la forma más incondicionada y más inmediata. (...) Pero en la medida en que este primitivo rasgo fisiológico es un rasgo humano general absoluto, se convierte precisamente en contenido de acciones comunes y surge la figura sociológica de la comida que precisamente anuda al exclusivo egoísmo de comer una frecuencia del estar-juntos, una costumbre en el estar-unidos, como solo muy raramente es alcanzable por medio de ocasiones más elevadas y espirituales (Simmel, 1986. p.26).

## 5. METODOLOGÍA

### 5.1. Enfoque.

Se decide emplear el *enfoque cualitativo* en el que, parafraseando a Rodríguez, se concibe al hombre como un individuo real que, en tanto existe y está presente en el mundo, puede ofrecer información sobre sus propias experiencias, creencias y opiniones. Mediante diversas técnicas, éstas observaciones se funden con las del investigador (capaz de informar claramente y en contexto las observaciones del mundo social y las experiencias de los demás) para dar lugar a una profundización en la comprensión del fenómeno. (Rodríguez, Gil y García, 1996)

### 5.2. Tipo de estudio

Debido a que no se cuenta con información específica sobre la coca y las relaciones sociales que se desarrollan alrededor, éste se presenta como un estudio *descriptivo* en tanto pretende identificar aquellas interacciones y analizar la manera en que se presentan. Se trata un tema poco estudiado que se desea caracterizar y alrededor del cual podría plantearse, desde la psicología, la posibilidad de realizar una investigación más amplia y profunda sobre el tema.

### **5.3. Población y muestra.**

El estudio se enfoca en grupos de entre 2 a 5 estudiantes de diferentes pregrado de la Ciudadela Universitaria de Medellín, sede central de la Universidad de Antioquia que durante, al menos, un día a la semana almuerzan dentro de las instalaciones de la institución y en donde, al menos, uno de ellos tenga coca.

Ya que los participantes son estudiantes que se reúnen a almorzar en la Universidad, el muestreo es de tipo *no probabilístico* seleccionado por procedimiento *accidental* y de *sujetos tipo*; se trata de grupos ya establecidos que además de cumplir con las características requeridas deciden participar en el estudio y brindar información profunda sobre los temas a tratar.

### **5.4. Técnicas de recolección de información.**

Con el fin de registrar los datos obtenidos en los encuentros con los grupos participantes se utilizó *la observación y la entrevista en profundidad*.

Como ejercicio de observación al recorrer la universidad, y posteriormente con información obtenida durante las entrevistas, se identificaron los lugares más frecuentados por los estudiantes para almorzar. En ellos se identificaban los grupos que cumplían las características y se elegían al azar. Luego de un saludo y una breve presentación se les comentaba sobre el interés personal

en el tema y la realización de la investigación. Según sus reacciones y en caso de haber unanimidad en aceptar la participación se acordaba un segundo encuentro en el que se portaba el consentimiento informado y el celular donde se realizaron las grabaciones de audio que luego se transcribieron para el análisis.

La entrevista en profundidad se entiende como una conversación donde se comunican significados: “Una persona va a intentar explicar su particular visión de un problema, la otra va a tratar de comprender o de interpretar esa explicación” (Rodríguez et al. 1996). La decisión de emplear la entrevista a profundidad se debe a que al inicio se identificaron ciertos temas específicos que se consideraron claves para la aprehensión del tema y a partir de ellos se pretendía obtener información desde la perspectiva de los estudiantes y profundizar en ella. Cada participante tuvo la libertad de corregir preguntas, hacer puntualizaciones, mencionar cosas que no aparecieran en el guión etc. La entrevista se plantea como una conversación alrededor de los ítems del guión ver anexo). Se introducen las preguntas y se da libertad al grupo de regular el turno de la palabra y la forma de responder, incluso se permite la introducción de otras preguntas o puntos de vista. Todas las entrevistas fueron grabadas en audio y luego transcritas para facilitar su análisis. En total se realizaron 10 entrevistas; 8 grupos y 2 persona solas para un total de 26 personas.

### 5.5. Criterio de recolección de información

La recolección de información se da por terminada cuando: como resultado de la aplicación del instrumento, en este caso la entrevista a profundidad, se deja de aportar información nueva, lo que se conoce como *Saturación de la muestra*. (Taylor y Bogdan, citado en Restrepo, 2005).

En la mitad de las entrevistas, y al finalizarlas, se realizaron entrevistas a personas solas, esto es, se seleccionaron sujetos que fueran una clara excepción a lo buscado o encontrado hasta entonces; se utilizó también el *muestreo negativo*.

### 5.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos.

El análisis de datos se realizó según lo presentado en el libro “*Metodología de la investigación cualitativa*” donde se refieren a él como “tratamiento de datos que se lleva a cabo preservando su naturaleza textual, poniendo en práctica tareas de categorización y sin recurrir a las técnicas estadísticas” (Rodríguez et al, 1996). Así, la simplificación de datos se llevó a cabo con tareas de *separación en unidades* mediante el criterio temático y la *identificación y clasificación de unidades*. Obteniendo así categorías que incluyen otras subcategorías y se entrelazan entre sí por medio de relaciones semánticas, esto es, *análisis de dominios*.

## 6. CONSIDERACIONES ÉTICAS

Con base en la ley 1090 de 2006 y la resolución 008430 de 1993 del Ministerio de Salud se construyó el *consentimiento informado* que se presentó a los participantes. En él se exponen, de manera precisa, los objetivos y la justificación de la investigación y la manera de llevar a cabo la entrevista, se reafirma la confidencialidad de identidad y de la información que se relacione con la privacidad, se aclara que la participación en la investigación es voluntaria y por ende puede suspenderse, sin repercusiones, en cualquier momento, además de precisar que ésta no implica la generación de riesgos o beneficios. Cada participante tuvo oportunidad de leerlo, hacer preguntas y luego de firmarlo cada uno conservó una copia. (Ver anexo)

## 7. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

En el siguiente esquema se muestran las categorías principales y la manera en que se dividen en subcategorías. Los testimonios no se incluyen en el cuadro debido a que algunos pueden ser muy extensos, pero sí aparecen en la presentación posterior.

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍAS
El hogar como cocina	La preparación en casa La comida de la mamá
La universidad como comedor	Totalidad Apropiación
Comer acompañado	Compañeros Alimentar la amistad
Comer solo	Motivos Sensaciones

### 7.1. El hogar como cocina.

Dentro de las prácticas alimentarias se profundizará en las categorías de Preparación, Realización y consumo. Para fines de la presente investigación, “el hogar como cocina” es el nombre que se le da a la categoría denominada Preparación.

### **7.1.1 La preparación en casa.**

La coca se prepara en casa. Según las dinámicas particulares de cada familia, la disponibilidad de tiempo o incluso la motivación del cocinero. Esta preparación puede darse desde las comidas de la tarde o la noche anterior, contando tantas porciones adicionales como cocas deban empacarse:

“Si puedo hacerla desde el almuerzo, la hago (...) hago eso doble para traer coca mañana”

“Mis cocas son la comida de la noche anterior”

Otras veces se prepara en la mañana del día siguiente antes de partir al lugar de trabajo o estudio.

“Se levanta pues como a la misma hora que yo, y mientras me organizo va haciendo el almuerzo”

“Cuando tengo clase de 8 me levanto un poquito más temprano y la hago”

En ocasiones donde se tienen más obligaciones, como trabajo o hijos, el tiempo debe aprovecharse de manera óptima, utilizando dos momentos para la preparación de la coca, lo que

nos habla de ser algo planeado, algo que se proyecta con tiempo y en torno a lo que se estructuran las demás labores.

“Miro que por la noche ya tenga el arroz, si voy a traer papita o algo así (...) para el otro día no tener sino que, de pronto, fritar (sic) algo. Y que tenga al menos un adelantico de la noche anterior”

La decisión del menú o el contenido de la coca puede ser tarea de quien prepara los alimentos, a libre elección o un acuerdo. En ocasiones se impone la situación económica, pues se empaca “lo que haya”, a veces se evidencian diferencias entre el contenido de la coca y el momento del mes donde se encuentre:

“Depende en qué semana estemos; si es después de mercar (...) Si es la primera semana después de la quincena es variado, se ve bonita la coca y tiene de todo, pero la última semana antes de que paguen es arroz, huevito y papa, lo que más queda en la casa”

Generalmente quien decide es quien cocina, y la coca se convierte en un recipiente sorpresa que se descubre únicamente al destaparlo para consumirlo.

“Ella simplemente empaca lo que haya y ya yo traigo la coca”

“Ella la hace así, yo la traigo y aquí me doy cuenta qué me empacó”

En ocasiones pueden darse acuerdos, relacionados con gustos o características de los alimentos que los hacen más resistentes al tiempo y al movimiento y no alteran el sabor, en este caso se decide con una pregunta diaria ¿Qué quiere llevar?

### **7.1.2. La comida de la mamá**

Diferentes personas pueden ser los cocineros. Es posible encontrar que es el estudiante quien se dedica a esta labor, a veces por gusto y a veces porque “toca”, sin embargo la preparación culinaria sigue estando muy asociada a las figuras femeninas adultas; la tía, la abuela y la mamá. Ésta última sobresale en frecuencia y su comida, cuando falta, es foco de recuerdos y añoranza.

“Yo quisiera que mi mamá me empacara la coca”

“Adoraba cuando mi mamá me empacaba la coca, eso sí era lo más rico de la vida (...) y me lo comía todo”

“No hay nada como la comida de la casa, digo yo. Entonces yo extrañaría mucho la comida pero la de mi mamá”

Cuando la madre, o la persona encargada, no se encuentra o no puede prepararla, y sin que la falta de tiempo y el poco talento o creatividad en la cocina sean el motivo para que el estudiante lo haga, se hace notorio que el estudiante prefiere buscar otros medios de comer que no sean hacer comida.

“Cuando mi mamá se va (...) prefiero sacar de mis ahorros para almorzar que ponerme a hacer algo”

No todos los estudiantes tienen coca, algunos comen “cualquier cosa” y otros no comen.

Muchas veces esto se relaciona con la falta de tiempo, el cansancio u otros motivos:

“Todos los días cocino en la casa, entonces ¿tener que cocinar solamente para llevar una coca?”

“No me gusta que mi mamá me empaque porque ya estoy muy señora para que mi mamá tenga que cargarse con esa responsabilidad”

## **7.2. La Universidad como comedor.**

Para fines de la presente investigación, “la universidad como comedor” es el nombre que se le da a la categoría denominada Consumo.

### **7.2.1. Totalidad:**

La ciudadela universitaria de Medellín; sede central de la Universidad de Antioquia, se encuentra ubicada en un lote de 287.467 m<sup>2</sup> con un área construida de 133.942 m<sup>2</sup>. Cuenta con 29 bloques agrupados en 4 zonas académicas cada una rodeada por franjas verdes que sirven

para aislar ruidos y separar de los espacios circundantes. Además cuenta con teatro, museo, biblioteca, placa deportiva y zonas de comida. Todo esto la convierte en una réplica de ciudad con muchos y variados espacios que permiten, además de muchas actividades, el encuentro con otros.

Ante la pregunta ¿Qué lugares conocen dentro de la universidad que se usen para ir a almorzar? Una respuesta que provocó risas y obviedad fue: “en todas partes”.

“y más los que no tienen como ese hueco para almorzar, sí, en cualquier lado les toca”

“Toda la universidad ¿no? En todos los pasillos uno ve gente por ahí comiendo”

Se almuerza sentado junto a la puerta de la siguiente clase, en la cafetería donde se calienta la coca o se compra algo, en la jardinera que esté más desocupada, donde “los coja el hambre” e incluso se almuerza en lugares que no agradan tanto:

“No me gusta porque hay mucho ruido, pero tampoco me voy a ir a almorzar sola”

### **7.2.2. Apropiación:**

Son muchas las características que hacen que se decida almorzar en un sitio y no en otro; Que sea cómodo, tranquilo, iluminado, que tenga aire fresco, que sea en la sombra, por donde no pase

mucha gente pero sí se pueda ver pasar gente. El conocer otros sitios y comparar características hace que los estudiantes decidan apropiarse de lugares específicos y los acostumbren por largos periodos de tiempo.

“Nos casamos con este sitio, uno ya sabe que aquí va a tener el puesto”

La cercanía al lugar de las clases, la práctica o el trabajo es un factor fundamental a la hora de elegir el lugar. Se tiende a evitar desplazarse mucho para no perder el tiempo o que se enfríe la comida y para permanecer cerca a los lugares comunes:

“Es más fácil salir corriendo para clases desde acá”

“Es cerquita a todo; a las tiendas, a las papelerías, al baño...”

La centralidad es otro factor importante pues convierte el sitio en un punto medio para quienes lo acostumbran o en una parada a mitad de camino.

“Prácticamente es central de donde nos toca ahorita la clase y de donde venimos”

La hora de la comida marca una pausa en las actividades del día, de allí que no sea extraño encontrar que el espacio ideal es aquel que, aun estando dentro de la universidad, se aleja de las aulas y de los espacios asociados con las labores académicas.

“Algo para no pensar en lo que sigue, en la clase que sigue, algo para distraerse”

“Cambia uno de ambiente aunque estamos dentro de la misma universidad, al hacerse uno aquí es como muy distinto”

### **7.3. Comer acompañado:**

Para fines de la presente investigación “comer acompañado” y “comer solo” es el nombre que se le da a la categoría denominada Realización.

#### **7.3.1. Compañeros:**

La etimología del término compañero indica que éste viene del latín popular *companio* y significa “el que come su pan con” entonces tenemos que “Compañero refiere el que dos o más personas se encuentren juntos compartiendo el mismo pan, y compartir del pan es comer del mismo pan” (Etimologías de Chile)

En la universidad es muy común el empleo del término compañero o “compa” para referirse a un amigo conocido o desconocido, a otro estudiante, a una persona que haga parte de la misma Alma Mater, todos somos compañeros, con todos se comparte el pan. Generalmente un grupo que se reúne para comer comparte la comida. Se antojan, se pasa, se saca, se pide, se ofrece, se reparte, se intercambia; todo para complementar el almuerzo.

“Muchas veces alguno no llevaba entonces cogía la tapa de uno y empezaba a pasarla y se hacía su almuerzo. O un -dame de esto, yo te doy de aquello-, o alguien trajo mucho de esto, entonces intercambiaban o le daban al que trajo poquito o al que vio eso y le pareció muy rico (...) a veces alguien traía bastante y nos repartía para que probáramos”

Como se afirma en el texto *La historia del comer:* “Indudablemente, para alimentarse se renuncia a la posición bípeda y con ello a la agresividad: se dejan las armas y se regresa a una situación primaria primordial, regresiva” (Rossi, 2013). Por eso la mesa sólo se comparte con amigos.

Cuentan que a la mesa se invitaba a los más cercanos y que en la Caracas colonial los recién conocidos llegaban hasta la sala (Duarte, 2001). “el sentar alguien a la mesa significaba una especie de abrir la casa completa (...) la máxima apreciación” (citado en Hernández, 2007).

En los primeros y en los últimos semestres el compartir disminuye. En los últimos porque ya muchos de los compañeros se han ido, o se han atrasado, o porque los horarios de prácticas y/o trabajos no permiten contar con los múltiples e idénticos “huecos” entre clases entre los que se

acostumbra llevar a cabo los almuerzos y otras actividades de ocio. Y en los primeros tal vez porque el grado de amistad no está tan consolidado.

“Los compañeros en la facultad de ingeniería no compartimos la comida (...) Nosotros no conservamos mucho los amigos porque son muchas ramas y compartimos muchas materias pero si una persona se atrasa en una siempre es borrón y cuenta nueva. Entonces siempre los compañeros son diferentes (...) la situación para almorzar sería cada vez como diferente, por eso uno no entra como mucho en confianza.”

Además del pan con los compañeros se comparte la realización de muchas otras actividades. Cuando el tiempo lo permite los estudiantes se dedican a conversar, a estudiar, solucionan dudas entre sí antes o después de entregar trabajos o presentar evaluaciones, acuden a la biblioteca o a las papelerías, comen postre e incluso duermen.

### **7.3.2. Alimentar la amistad.**

Comer es una experiencia colectiva ya que para ser posible, cada ingrediente, cada utensilio y cada preparación necesitan la intervención de otros. Comer nos recuerda la importancia de reunirnos. Sin embargo reunirse para comer es más que reunirse para comer. Es reunirse para encontrarse, es un estar-juntos que utiliza la comida como excusa para estar, para acompañar, para compartir con otro por fuera del contexto de aulas, clases y obligaciones y para compartir algo más que el pan.

“Es que yo digo que el fin último de uno buscar con quién almorzar es la compañía más que en sí comer”

“Además como de compartir un trozo de comida o un pedacito de algo, era compartir ése momento juntos, o sea, compartir lo que se pudiera generar en el momento”

Algunos estudiantes, a pesar de los horarios difíciles y las múltiples obligaciones que adquieren con el tiempo, siguen reuniéndose para almorzar. Los lazos allí formados encuentran en el reunirse alrededor del alimento el soporte que los conserva en el tiempo.

“Nosotros somos, éramos, muchos entonces siempre buscamos como almorzar juntos. Por ejemplo ella no tiene nada que hacer el lunes por la tarde pero igual trae almuerzo para almorzar con nosotros. Porque también buscamos que el almuerzo sea un espacio donde podamos vernos y como ya no vemos materias y estamos muy dispersos, entonces (...) Es como intentar alimentar la amistad y que no se pierda el contacto con los otros”

Comer es alimentar el cuerpo y alimentar la amistad. Una estudiante expresó la que, ella considera, es la diferencia entre comer y alimentarse:

“O sea comer, uno come por saciar una necesidad fisiológica pero alimentarse ya es otra cuestión (...) yo sé que esto que me estoy comiendo es simplemente para saciar el hambre, lo que se da a partir de lo que yo estoy comiendo aquí ya sí me alimenta; compartir con ella”

## **7.4. Comer solo.**

Basta realizar una observación al mediodía en la universidad para ver estudiantes reunidos en grupos mientras consumen sus alimentos y para ver también personas solas. En ésta investigación se contó con 2 versiones de ésta situación: por un lado se expresan aquellos que, estando acompañados, recuerdan como han sido las experiencias pasadas de comer solos (o imaginan como han de ser), y por otro lado están aquellos que, de hecho, están comiendo solos.

### **7.4.1. Motivos:**

Entre aquellos que estando en grupo recordaron sus experiencias de comer solos abundaron respuestas que dejaban ver que comer acompañado es el plan A.

“Yo voy y busco y si no hay nadie me siento sola ¿ya qué más puedo hacer?”

Los horarios que no coinciden, el poco tiempo disponible para almorzar y las muchas obligaciones son otro motivo frecuente:

“Es que uno comer solo es porque tiene clase ahí mismo o porque no encuentra a nadie por ahí”

Aunque también cuenta con poco tiempo y muchas obligaciones, en una de las personas que comía sola emerge la timidez, la vergüenza por el contenido de la coca.

“Yo cargo una coca muy sencilla entonces no me gusta hacerme con mucha gente porque me da pena que me vean esa coca tan desnutrida”

#### **7.4.2. Sensaciones:**

Igualmente se tienen ambas perspectivas. Quienes comen en grupo conciben la comida en solitario como algo completamente negativo. Incluso aquellos que no han tenido la experiencia lo imaginan como algo “terrible”.

“Me aterra comer sola, tanto en la casa como aquí”

“Es súper deprimente. A mí no me gusta almorzar sola, me siento como abandonada”

No solo resulta incómodo sino que afecta directamente la percepción de la comida y la relación con ella:

“Almorzar sola para mí es muy aburridor, a veces prefiero no comer nada”

“Uno come hasta con pereza. Yo por ejemplo cuando como solo a veces dejo”

Básicamente el comer solo (el estar solo), para aquellos que comen acompañados, es algo que debe evitarse:

“Uno normalmente cuando está solo come muy rápido para irse a otro lugar, como para no quedarse solo tanto tiempo”.

La perspectiva cambia cuando quienes tienen voz son aquellos que se encuentran viviendo esa situación. Para los estudiantes que comen solos se trata de una situación de disfrute, en la que se evidencia una optimización del tiempo al apreciar el momento de la comida y después dedicarse a las obligaciones académicas.

“Por lo general almuerzo solo, es algo que a mí me gusta hacer, me gusta comer en la universidad, me gusta comer sola”

“Aunque tengo muchas amigas y todo no, casi siempre es sola”

Comer solo se trata de una decisión, de una preferencia y en ningún caso se rechaza al otro, simplemente no se lo busca. Ambos han tenido la experiencia de comer acompañados pero no hay añoranza.

“Por eso prefiero almorzar aisladito, disfruto la coca (...) si estoy hablando y estoy comiendo a la final no recuerdo bien qué fue lo que comí”

“Uno comparte y recocha con los compañeros y es bueno, pero también yo disfruto mucho los momentos en que estoy sola”

## 8. CONCLUSIONES

Según lo relatado por los estudiantes entrevistados, las categorías construidas y la teoría consultada se logró identificar en la cotidianidad de las prácticas alimentarias, relacionadas específicamente con la preparación, realización y consumo, las maneras de interacción social de los estudiantes de diferentes pregrados de la Universidad de Antioquia alrededor de la coca del almuerzo.

Hablar de la coca, por definición, es hablar de comida preparada en casa para consumir por fuera de ella. Se encontró que el contenido de la coca puede ser lo mismo que se almorzó o se cenó el día anterior o una nueva preparación que se realiza la mañana del día a ser consumida. Ésta decisión sobre el contenido puede ser responsabilidad de quien cocina o elección de quien consume.

Diversos agentes pueden intervenir en la preparación de la coca, siendo mayoritaria la aparición de figuras femeninas y sobresaliendo entre ellas la de la madre. Su comida es añorada cuando falta y deseada por aquellos estudiantes que se encargan de la preparación de su propio almuerzo.

La falta de tiempo, el cansancio, la poca aptitud para la cocina y la falta de creatividad son algunos de los factores que llevan a los estudiantes a preferir otras fuentes de alimentación diferentes a cocinar y empacar por sí mismos la coca. Eligen comprar alguna de las opciones que se ofrece dentro de la universidad o sus alrededores, unas veces se trata de almuerzos completos y otras, de “cualquier cosa” fácil y rápida de comer y/o tomar.

Los amplios espacios con que cuenta la universidad la convierten en un comedor gigantesco dispuesto a recibir a sus comensales en cualquier sitio, mayormente en días en que se cuenta con poco tiempo. Sin embargo, cuando el tiempo lo permite, el espacio en que se come es diferenciado de los demás y se selecciona por contar con características de comodidad, tranquilidad, iluminación, ventilación, cercanía, centralidad, entre otros. Son espacios que pueden llegar a frecuentarse durante varios semestres.

Lo más buscado en el lugar en que se come, indiferentemente de que se trate de un corredor cubierto, un espacio abierto, silencioso o transitado es que ofrezca tal sensación de bienestar que aun sabiéndose dentro del campus universitario se perciba una diferenciación con las labores académicas que allí se realizan; que se trate de un momento diferente.

Habitualmente los estudiantes se reúnen para comer; se come acompañado y con los compañeros se comparte el alimento. Es común antojarse de lo del otro, pedirle, ofrecerle, regalarle e intercambiar con el fin de complementar las cocas.

En los últimos semestres (cuando los grupos se dispersan), en los primeros semestres o en aquellos grupos con poco tiempo de conformados o en los que sus integrantes varíen con frecuencia y no haya suficiente confianza no se comparten los alimentos por motivos de vergüenza y poca intimidad.

Además del reunirse para compartir el pan, y más importante, los estudiantes se reúnen para afianzar los lazos de amistad que se generan. Nutrir el cuerpo y saciar el hambre son necesidades que se convierten en el motivo para propiciar encuentros con otros, encuentros en los que se comparten historias y experiencias, en los que busca diversión y consuelo, en los que aparece un sentido de afiliación. También aparecen otras múltiples actividades que realizan durante el tiempo del almuerzo entre las que se destacan conversar, estudiar y dormir.

No siempre se come acompañado. Al explorar los motivos por los cuales se come en solitario aparecieron dos perspectivas:

Desde la mirada de aquellos que comen en grupo, la comida en solitario se percibe en todos los casos como algo negativo. Se hace todo lo posible por evitarla y en caso de tener que afrontarla se hace con la mayor rapidez y el mayor desinterés en la comida, si es que se come.

Por su parte, aquellos que se entrevistaron mientras comían solos mostraron sentirse cómodos con la actividad, expresaron que era lo habitual y que lo hacían por gusto. En ambos casos se evidenció una optimización de espacio para el almuerzo en dos tiempos: uno dedicado al disfrute de la comida y otro, a actividades de estudio o repaso.

En uno de los casos apareció, luego de definirlo como un momento de disfrute, un sentimiento de vergüenza ante el contenido de la coca, convirtiéndose ese el motivo por el que, en ocasiones, optaba por comer en solitario.

No es interés de este trabajo ofrecer generalizaciones sino exponer la perspectiva de los estudiantes frente a la realidad y cotidianidad de sus prácticas alimentarias, en este caso enfocado en las interacciones sociales. Sin embargo sería interesante un estudio que centre la atención en aquellos estudiantes que comen en solitario, profundizando en los motivos y las sensaciones que esto genera, ya que en la historia de la humanidad los grupos se han reunido para cazar y para comer y en estos encuentros se afianza, entre otras cosas, la pertenencia al grupo.

Son más conocidos los estudios que indagan por las dinámicas familiares en relación a las comidas, sin embargo ninguno de ellos ha hecho énfasis en la coca y su lugar dentro de las decisiones en la compra del mercado y en la decisión del menú. Sería trabajo para otra investigación explorar las relaciones familiares alrededor de la coca.

## 9. REFERENCIAS

Resolución n° 008430 de 1993 (4 de octubre de 1993). República de Colombia ministerio de salud. Recuperado de:

[https://www.unisabana.edu.co/fileadmin/Documentos/Investigacion/comite\\_de\\_etica/Res\\_8430\\_1993\\_-\\_Salud.pdf](https://www.unisabana.edu.co/fileadmin/Documentos/Investigacion/comite_de_etica/Res_8430_1993_-_Salud.pdf)

2010. La alimentación, un acto de amor. En: La crianza humanizada. Boletín del grupo de puericultura. Universidad de Antioquia. N° 119. Recuperado de:

<http://api.ning.com/files/aqSARSiTkedIiw4RNgKm0IkyCaKXQrs0iSKQulTZutDa4FyWq6Bxi-cXu2ZLfCELai-37tqYVvKt0w2gTutULoAML1sijzy/Crianzahumanizada1192010Hbitosdealimentacionyestilosdevidasaludable2.pdf>

Aguirre, E. (2000). La socialización como un proceso interactivo. *Diálogos 1. Discusiones en la psicología contemporánea*. Bogotá. Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Nacional de Colombia. Recuperado de:

[http://www.academia.edu/1089099/LA\\_SOCIALIZACION\\_COMO\\_UN\\_PROCESO\\_INTERACTIVO](http://www.academia.edu/1089099/LA_SOCIALIZACION_COMO_UN_PROCESO_INTERACTIVO)

Amon, D. (2001). La sopa de tomates y la vida: una introducción al estudio de los placeres de la comida. *Actualidad Psicológica*. Recuperado de:

[http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui/bitstream/handle/123456789/1713/Amon\\_2001\\_ActPsi-283.pdf?sequence=1](http://dspace.uces.edu.ar:8180/xmlui/bitstream/handle/123456789/1713/Amon_2001_ActPsi-283.pdf?sequence=1)

- Amon, D., Guareschi, P. y Maldavsky, D. (2005). La psicología social de la comida: una aproximación teórica y metodológica a la comida y las prácticas de la alimentación como secuencias narrativas. *Subjetividad y procesos cognitivos*. (7), pp.45-7. Recuperado de: [http://dspace.uces.edu.ar:8180/jspui/bitstream/123456789/237/1/La Psicolog. social de la comida.pdf](http://dspace.uces.edu.ar:8180/jspui/bitstream/123456789/237/1/La_Psicolog._social_de_la_comida.pdf)
- Blanco, A., Caballero, A. y De la Corte, L. (2005) *De la gregariedad a la identidad. Las razones dela vida en grupo*. En Psicología de los grupos. Madrid: Pearson Educación.
- Canto, J. M. (1998) *Psicología de los grupos. Estructura y procesos*. Málaga: Ediciones Aljibe.
- Cervera, F. (2014). *Hábitos alimentarios en estudiantes universitarios*. (Tesis doctoral, Universidad de Castilla-la Mancha) Recuperado de: <https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/5953/TESIS%20Cervera%20Burrie1.pdf?sequence=1>
- Díaz, C. y Gómez, C. (2005). Sociología y alimentación. *Revista internacional de sociología (RIS)*, (40), pp. 21-46
- Díaz, C. y Gutiérrez, R. (2014). Patrones alimentarios de los españoles: continuidad y cambio de la comida familiar. *Panorama social*, (19). Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/268153659\\_Diaz\\_Mendez\\_C\\_y\\_Gutierrez\\_Palacios\\_R\\_2014\\_Patrones\\_alimentarios\\_de\\_los\\_espanoles\\_continuidad\\_y\\_cambio\\_de\\_la\\_comida\\_familiar\\_en\\_Monografico\\_Comida\\_y\\_Alimentacion\\_Habitos\\_derechos\\_y\\_salud\\_Rvista\\_Panora](https://www.researchgate.net/publication/268153659_Diaz_Mendez_C_y_Gutierrez_Palacios_R_2014_Patrones_alimentarios_de_los_espanoles_continuidad_y_cambio_de_la_comida_familiar_en_Monografico_Comida_y_Alimentacion_Habitos_derechos_y_salud_Rvista_Panora)
- Doepking, C y cols. (2013). Estudio cualitativo sobre la percepción de estudiantes universitarios sobre horario de almuerzo. *Medwave* 13(2). Recuperado de:

<http://www.medwave.cl/medios/medwave/PDFinvestigacion/Marzo2013/medwave.2013.02.5638.pdf>

Espinoza, L., Rodríguez, F., Gálvez, J. y MacMillan, N. (2011). Hábitos de alimentación y actividad física en estudiantes universitarios. *Revista Chilena de nutrición*. 38(4).

Recuperado de: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182011000400009&script=sci\\_arttext&tlng=e](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182011000400009&script=sci_arttext&tlng=e)

Gavino, A. y López, A. E. (1999). Los comportamientos alimentarios en las etapas de la vida.

*Anuario de psicología*. (30). Recuperado de:

<http://www.raco.cat/index.php/anuariopsicologia/article/viewFile/61415/88367>

Hernández, M. (2007). En torno a un plato de comida: Aproximaciones al mundo de la comida y el comer. *Espacio abierto Cuaderno Venezolano de sociología*, 16(2), pp. 243-260.

Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/122/12216204/>

Irazusta, A. y cols. (2007). Alimentación de estudiantes universitarios. *Osasunaz*, 8. p.7-18.

Recuperado de: <http://www.edpcollege.info/ebooks-pdf/08007018.pdf>

Jaramillo, J. A. (2008). El espacio culinario. De la taberna romana a la cocina profesional y doméstica del siglo XX. *Perspectivas en nutrición humana*, 10(2). Recuperado de:

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-41082008000200008&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-41082008000200008&script=sci_arttext)

Montecino, S. (2006). *Identidades, mestizajes y diferencias sociales en osorno, Chile: lecturas desde la antropología de la alimentación*. (Tesis de doctorado) Recuperado de:

<https://openaccess.leidenuniv.nl/bitstream/handle/1887/4864/Thesis.pdf;jsessionid=F25505660FD9B6406E43268A35531CFF?sequence=1>

- Montero, A. Úbeda, N. y García, A. (2006). Evaluación de los hábitos alimentarios de una población de estudiantes universitarios en relación con sus conocimientos nutricionales. *Nutrición hospitalaria*, 21(4), Recuperado de:  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112006000700004&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112006000700004&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Ogden, J. (2005). *Psicología de la alimentación: Comportamientos saludables y trastornos alimentarios*. España: Ediciones Morata.
- Restrepo, S. y Maya, M. (2005). La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *Boletín de Antropología Universidad de Antioquia*, 19(36), Recuperado de:  
<https://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/boletin/article/view/6919/6333>
- Rodríguez, G., Gil, J. y García, E. (1996) *Metodología de la investigación cualitativa*. Granada: Ediciones Aljibe.
- Rossi, L. (2013). Conferencia: Historia del comer. Lazo social y tradición cultural. *Mesa redonda: Cocina y psicología*. Buenos Aires. Recuperado de:  
[http://intersecciones.psi.uba.ar/index.php?option=com\\_content&view=article&id=195:historia-del-comer-lazo-social-y-tradicion-cultural&catid=10:vigencia&Itemid=1](http://intersecciones.psi.uba.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=195:historia-del-comer-lazo-social-y-tradicion-cultural&catid=10:vigencia&Itemid=1)
- Ruiz, M. (2014). *Prácticas alimentarias de estudiantes universitarios que viven en condición de migración estudiantil interna en la ciudad de Bogotá D.C.* (Tesis de maestría. Pontificia Universidad Javeriana). Recuperado de:  
<http://repository.javeriana.edu.co/bitstream/10554/16705/1/RuizMolinaMaritsabel2014.pdf>

Simmel, G. (1986). Sociología de la comida. En: *El individuo y la libertad. Ensayos de crítica de la cultura*. pp. 263-270.

Troncoso, C y Amaya, J. (2009). Factores sociales en las conductas alimentarias en las conductas de estudiantes universitarios. *Revista Chilena de nutrición*, 36(4). Recuperado de:  
<http://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v36n4/art05.pdf>

Troncoso, C. (2011). Percepción de la alimentación durante la etapa de formación universitaria, Chile. *Revista Costarr Salud Pública*, 20(2). Recuperado de:  
<http://www.scielo.sa.cr/pdf/rcsp/v20n2/art3v20n2.pdf>

Uribe, J.F. (2006). Las prácticas alimentarias relacionadas con la búsqueda del ideal corporal. El caso de la ciudad de Medellín (Colombia). *Boletín de Antropología. Universidad de Antioquia*, 20(37). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/557/55703712.pdf>

## 10. ANEXOS

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS – PSICOLOGÍA  
CONSENTIMIENTO INFORMADO conforme a la resolución 08430 de 1993

Con la siguiente entrevista, registro fotográfico y de audio, se espera lograr un acercamiento a las prácticas alimentarias de los estudiantes relacionadas con “la coca”.

Se trata de una conversación alrededor de temas generales sobre su experiencia con la alimentación dentro de la universidad y las interacciones sociales que tienen lugar en el hogar y por fuera de él a través de la coca.

Como participante no obtendrá ningún beneficio ni sufrirá ningún riesgo.

Toda la información brindada es confidencial; únicamente el investigador y su asesor tendrán acceso a ella y solo será usada con fines investigativos. Las imágenes contarán con la debida reserva de identidad de las personas y únicamente serán publicadas en la tesis de pregrado resultado de estas entrevistas.

Su participación es voluntaria. Tiene la libertad de no responder alguna pregunta y/o retirar su consentimiento y dejar de participar en el estudio en cualquier momento sin consecuencia alguna.

No habrá devolución de información una vez finalizada la investigación.

¿Estaría dispuesto a ser contactado vía e-mail para ofrecer información faltante o complementaria al momento de realizar el análisis de la información?

No \_\_\_ Si \_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

He leído y comprendido las condiciones de mi participación en esta investigación

\_\_\_\_\_

Firma entrevistado

Firma entrevistador

Fecha: \_\_\_\_\_

<b>GUIÓN DE ENTREVISTA</b>		Lugar:	Grupo de:
<b>Lugar</b>	¿Cómo eligieron este lugar para comer?		
	¿Eligen siempre el mismo?		
	¿Cuáles frecuentan?		
	Y si ¿están solos?, ¿Llueve?, ¿Tienen más tiempo?		
	¿En qué horario y cuánto tiempo, en promedio, permanecen aquí?		
	¿Qué otras actividades diferentes a alimentarse realizan en este lugar durante la jornada?		
	¿Conocen lugares dentro de la universidad que originalmente se destinan al consumo de los alimentos?		
	¿Los han frecuentado? ¿Qué les gusta o disgusta?		
	Si pudieran pensar un lugar así ¿Cómo sería? ¿Qué no podría faltar?		
<b>Comida</b>	¿Quién merca, decide el menú, prepara y empaca la coca? ¿Desde cuándo es así y cómo se concretó?		
	¿Cuándo se prepara y empaca la coca?		
	¿La preparación y empaque de la coca influyen en la dinámica familiar?		
	Generalmente ¿Qué contiene una coca? ¿Es muy variable?		
	¿Cómo la consumen? ¿Calientan, pican, separan, comparten, dejan, guardan, botan, usan cubiertos, servilletas...?		
	¿Traen todo lo necesario o acostumbran comprar algún alimento, complemento o implemento?		
<b>Personas</b>	¿Quiénes conforman el grupo?		
	¿Cómo se reunieron? ¿Fue un encuentro casual, lo acordaron minutos antes, es algo común?		
	¿Qué hacen antes, durante y después de comer?		
	¿Sobre qué suelen ser las conversaciones? ¿Qué se comenta sobre la comida?		
	¿Han comido solos? ¿Qué es diferente? ¿Qué prefieren?		