

# ALIMENTARSE, COCINAR, COMPARTIR

## Una breve historia social de la comida

PATRICIA AGUIRRE

Este trabajo aborda el sistema alimentario como un sistema complejo, abierto al medio, como los organismos vivos. Recurre a los aportes de múltiples ciencias (antropología, nutrición, medicina, economía, entre otras), relacionando las partes analíticamente separadas, para señalar sus transformaciones en el tiempo y en el espacio. Estudia la organización social a través de millones de años para entender la sinergia entre medio ambiente, tecnología de extracción, estructura económico-política y las cocinas resultantes (con su construcción social de gustos) como factores condicionantes del enfermar y el morir. En resumen, hace una antropología de la comida apoyándose en un trípode de pensamiento crítico, enfoque relacional e historicidad.

Palabras clave: alimentación, antropología, historia de la comida, transición epidemiológica, alimentos trazadores.

### ■ INTRODUCCIÓN

En este texto se habla poco de *alimentos*, en tanto sustancias consumidas por los humanos, y mucho de su organización en *comidas* (donde estos son intencionalmente clasificados, obtenidos, combinados y sometidos a procesos físicos o químicos, siempre socialmente compartidos) y *cocinas* (modelos, métodos y herramientas que se requieren para obtener un resultado distintivo). Las cocinas caracterizan regiones ecoculturales y naciones porque están formadas por alimentos típicos, con formas de combinación y preparación particulares (recetas), condimentos distintivos y formas propias de comensalidad.

La exposición se ordena según tres transiciones. Entendemos las transiciones alimentarias como cambios estructurales, estables, que modifican tanto lo comestible como la comida y el comensal. Es un cambio tan profundo como irreversible; una vez ocurrido, no tiene vuelta atrás. Las transiciones no son exclusivas de la comida, sino que se acompañan de grandes cambios en la manera de vivir y de pensar, creando, modificando y destruyendo instituciones sociales. Cada una de estas transiciones transmutó el me-

tabolismo, cambiando el cuerpo mismo de los comensales, produciendo diferentes formas de padecimiento y muerte. Cada una se ilustra con un «alimento trazador», que –además de brindarnos una evidencia material– resume la comensalidad de la época y marca un hito a partir del cual no se vuelve atrás (Aguirre, 2017).

Algunos autores han reconocido diferentes tipos de transiciones: tecnológica (Kates, 1994), demográfica (Luttbeg, Borgenhoff Mulder y Mangel, 2000), epidemiológica (Bolaños, 2000) y nutricional (Popkin, 1994).

Todas estas transiciones están estrechamente relacionadas (como corresponde a un sistema).

En este artículo exponemos la situación de la alimentación humana según tres grandes transformaciones. Aunque arbitrarias en sus inicios y finales, es importante señalar que todas estas transiciones tuvieron principios difusos, largos desarrollos, alta diversidad interna, cronologías superpuestas

y consecuencias demoledoras. Ante la tentación de considerarlas lineales, sucesivas, hay que insistir en que mientras las condiciones ecológico-económico-nutricionales perduren, mientras los sistemas también lo hagan, las transiciones pueden coexistir (hoy en día, nuestras sociedades de la tercera transición coexisten con socie-

**«Entendemos las transiciones alimentarias como cambios estructurales, estables, que modifican tanto lo comestible como la comida y al comensal»**

dades de la primera transición, organizadas en torno a la caza y la recolección). También vale la pena señalar la complejidad inicial de los fogones prehistóricos (verdaderos sistemas de cocción, donde se calienta, asa, brasea, hierve, ahúma, se cocina con piedras calientes, etc.), y la diversidad de las dietas paleolíticas frente a la pobreza de géneros y especies de los consumos alimentarios en las sociedades actuales de la tercera transición (Smil, 2003). Estos ejemplos deberían desautorizar cualquier intento de considerar las transiciones alimentarias como un contínuum de lo simple a lo complejo.

La primera transición, la del omnivorismo que para algunos autores como Brunn (2007) nos hizo humanos, está marcada por la revolución que significó la ingesta de carne y los cambios metabólicos y sociales que hace 2,5 millones de años colocaron a aquellas paleoespecies en un corredor evolutivo del que los *sapiens* somos el último retoño de un enmarañado arbusto.

La segunda transición, la que nos instaló en la desigualdad, comenzó empujada por un cambio climático hace 13.000 años y estuvo marcada por dos alimentos originados en la domesticación: los lácteos y los cereales. Estos introdujeron la posibilidad de crear ecosistemas artificiales para intensificar la producción, acumular excedentes y generaron el problema de cómo distribuirlos, contribuyendo a la instauración de organizaciones distributivas como el festín y las jefaturas. Estas transiciones profundizaron las diferencias, negando derechos hasta crear exclusión y segregación.

Finalmente, la tercera transición, la que estamos cursando, está marcada por la ingesta de azúcar, que pasó de ser ínfima y localizada a desmedida y planetaria, modificando sociedades, economías, cuerpos y enfermedades. Hoy nos situamos en la transición de las transiciones, cuando la crisis global y local de la alimentación humana nos interpela a cambiar conscientemente nuestra vida en defensa propia, de la sociedad, de la especie y del planeta.

## ■ PRIMERA TRANSICIÓN: LA REVOLUCIÓN DE LA CARNE

En todas las especies, la forma de locomoción, reproducción y alimentación condiciona sus relaciones con el medio, y la nuestra sufrió profundos cambios en los tres ámbitos. En la locomoción, la bipedestación cambió la relación con el medio físico. La sabana africana favoreció a aquellos que se levantaron sobre sus caderas



Las cocinas caracterizan regiones ecoculturales y naciones porque están formadas por alimentos típicos, con formas de combinación y preparación particulares (recetas), condimentos distintivos y formas propias de comensalidad.

## «En las bandas de cazadores-recolectores, actuales y pasados, la clave de la supervivencia es la organización social en torno a la comida»

y liberaron las manos, permitiendo la prensión fina, mejorando la relación visomotora y bajando el gasto energético, al exponer al sol ecuatorial menor superficie corporal (Leonard, 2002).

En la reproducción, la sexualidad continua (las hembras están receptivas siempre, y no solo durante el celo) cambió nuestras relaciones intraespecíficas con el medio, generando bandas menos competitivas, sin machos alfa feroces que luchan por las hembras (siempre receptivas) y con cuidado social de las crías.

Y, en la alimentación, el omnivorismo nos empujó a obtener los nutrientes de fuentes diversas, cambiando nuestra relación con las otras especies en la cadena trófica y haciendo el evento alimentario colectivo y complementario. Las paleoespecies que nos antecedieron parece que eran básicamente vegetarianas, presas de los carnívoros gigantes del pleistoceno. Pero en los fósiles



Nainital, Uttarakhand, India

de hace 2,5 millones de años se empieza a observar una creciente traza de zinc (por la ingesta de carne) y modificaciones anatómicas (cerebro, intestinos, etc.) que hablan de un cambio en la alimentación que va más allá del cambio metabólico: impulsa –y es impulsado por– un cambio conductual de envergadura.

Somos una especie que pasó de presa a predadora por obra de sus propias creaciones tecnológicas y sociales. Porque sin garras ni caninos poderosos, debimos unirnos, mejorar nuestra comunicación y desarrollar útiles para conseguir carne. Oportunismo, carroñerismo y caza –en sus diversas formas– complementaron la recolección de vegetales, huevos e insectos. La carne nos dio los nutrientes que no podíamos sintetizar y que eran fundamentales para sobrevivir. Los útiles de palo, asta y piedra con creciente especialización señalan la modificación de la conducta comensal. La necesaria organización social para obtener carne (con una anatomía propia de presas, transformarse en predadores hubiera sido muy difícil de otro modo) instituye este alimento como un bien social.

La dinámica en aquel medio ambiente y las relaciones con otras especies en esos lejanos días marcan nuestros cuerpos, aún hoy cuando el rápido ritmo del

cambio cultural dejó atrás la morosa evolución biológica y nuestro ambiente no es la sabana sino la cultura ciudadana. Estamos más preparados para la escasez que para la abundancia de comida. La insulinoresistencia, el metabolismo graso, la respuesta al estrés de larga duración (quemando grasa), la intolerancia al gluten y a la lactosa, la sucrofilia, etc. son características evolutivas que responden a nuestro pasado omnívoro y su adaptación a ambientes cambiantes a través de una tecnología extractiva que nos situaba como un depredador más (Campillo Álvarez, 2010).

### *Los cazadores-recolectores, su vida, comida y muerte*

Hace cerca de 50.000 años, unos humanos anatómicamente modernos que vivían en bandas de cazadores-recolectores ya habían colonizado todos los ecosistemas (menos la Antártida), llegando a la Australia insular y la América glaciaria. Su vida y su alimentación la reconstruimos a partir de evidencias arqueológicas, con algunas referencias etnográficas de los pocos grupos que aún perviven en las sociedades actuales, ya que toda la expansión desde las primeras sociedades agrícolas se realizó a expensas de sus territorios, su cultura y sus vidas.

En las bandas de cazadores-recolectores, actuales y pasadas, la clave de la supervivencia es la organización social en torno a la comida. Una banda, aunque formada por varios grupos familiares, comparte un solo fogón, lo que evidencia el consumo colectivo y solidario (reciprocidad). Aunque la recolección es la base (vegetal) de la alimentación, la carne se convierte en un bien social, puesto que la caza –al ser difícil y peligrosa– suele ser colectiva. Sobre la caza se instala la reciprocidad como forma de distribución, haciendo que baje el riesgo de depender de recursos móviles y actividades azarosas, como la extracción de productos naturales, en ambientes extendidos. Cuando hay, hay para todos.

La dieta que obtuvieron nuestros ancestros (Eaton, 2007) fue nutricionalmente adecuada y abundante. Sus efectos quedaron marcados en los huesos fósiles, a partir de los cuales se infieren cuerpos altos, magros, con buen estado de salud en sus cortas vidas (treinta años). Pero debemos hablar de dietas en plural, ya que las diferentes bandas en ambientes diversos comían distintos alimentos, que la creatividad humana transformaría en también distintas comidas. Todas las dietas paleolíticas tienen unas características en común: son diversas, estacionales y frugales. También magras (los animales de caza son escasos), con poca sal, pocos hidratos de carbono, mu-

chas fibras (los vegetales naturales suelen ser amargos y fibrosos), poco azúcar (la miel y las frutas son estacionales), sin leche ni alimentos refinados (Lindeberg et al., 2004). Estas dietas fueron el resultado de la vida paleolítica y, por tanto, debemos reconocer que hoy no existen las condiciones para desarrollar esa economía de caza-recolección, ni existen tampoco los animales y vegetales naturales (en la actualidad, todas las especies que forman la base de nuestra comida tienen cerca de 6.000 años de domesticación) ni la organización social en pequeñas bandas, en las que la reciprocidad conjuraba el riesgo para que todos pudieran comer. Aunque sea imposible reproducir hoy estas dietas, pueden servirnos —en cambio— como modelos hacia los que orientar nuestros consumos (Montero, 2011).

En epidemiología paleolítica, nuevamente, la diversidad es la norma. Porque los ambientes son diversos, las infecciones dependientes de gusanos (tenia, anquilostoma) y mosquitos (malaria, dengue) serán un problema en los trópicos e inexistentes en climas polares. Pero los accidentes (más frecuentes y fatales que hoy día), las enfermedades degenerativas (como artritis, osteoporosis y desgaste dental) serán comunes a todos los grupos. Enfermedades infectocontagiosas, como la difteria, la gripe y el sarampión, fueron desconocidas o muy poco habituales en las sociedades cazadoras-recolectoras antes del contacto con poblaciones urbanas. En cambio, las fiebres transmitidas por artrópodos, la diarrea, las enfermedades gastrointestinales, las respiratorias y las infecciones de la piel fueron y son comunes en estos grupos (Aguirre, 2017).

## ■ SEGUNDA TRANSICIÓN: LOS GRANOS Y LOS LÁCTEOS

Hace 13.000 años, el aumento de cinco grados en la temperatura promedio derritió glaciares, los bosques suplantaron las llanuras y la extinción de especies subsiguiente dio inicio al mayor programa de gestión de los recursos que ha realizado la humanidad: la domesticación. Al domesticar vegetales, se crearon pequeños ecosistemas con cierto control (parcelas), en los que la energía humana fue aprovechada para incrementar los rendimientos. La domesticación de animales, en tanto, permitió el uso de la leche de las hembras de otros mamíferos y su conservación en forma de yogures y quesos. Este evento cultural conllevó cinco mutaciones que permiten la absorción del azúcar de la leche (lactosa), transformando el genotipo de intolerante en tolerante,



Patrick Cruban - Flickr

La necesaria organización social para obtener carne (con una anatomía propia de presas, transformarse en predadores hubiera sido muy difícil de otro modo) instituye este alimento como un bien social. En la imagen, pintura rupestre en Tassili n'Ajjer (Argelia) que muestra una escena de caza.

pero solo en las culturas que domesticaron ganado de ordeño (Tishkoff, Reed y Ranciaro, 2007).

Las características de los cereales y pseudocereales que se consumían (son las mismas especies que hoy), si bien brindaron las soluciones más estables al problema de la producción de alimentos, tuvieron nefastas consecuencias ecológicas (homogeneización y fragilización de los ecosistemas), demográficas (aumento de la población pero con menor calidad de vida), sanitarias (depresión de la salud neolítica con pérdida de altura, reducción de los intervalos intergenésicos, aparición de epidemias) y político-sociales. Si comparamos los plantadores de granos con los plantadores de tubérculos, veremos hasta qué punto lo que producimos como comida condiciona la organización sociopolítica, ya que el carácter perecedero de los tubérculos empujó a la creación de instituciones redistributivas estacionales (los festines donde se consume hasta el hartazgo) para incorporar los alimentos que no se pueden guardar, como sí que ocurre, en cambio, con los granos (Harris, 1985).

Intensificar el cultivo con arados y riego permitió incrementar la producción de granos hasta superar la escasez estacional y producir excedentes. Esto trajo el problema de cómo distribuir este excedente: se introdujeron instituciones que amplificaron las diferencias



El azúcar es el alimento trazador de las sociedades de mercado aún hoy, después de medio siglo de presión salubrista que pugna por eliminarlo –dadas la magnitud y las consecuencias de su consumo– sin lograrlo, ya que prácticamente todos los alimentos industrializados, sean procesados o ultraprocesados, lo contienen en forma invisible, porque aumenta tanto la palatabilidad como la conservación.

(sociales, sexuales, etarias, etc.) convirtiéndolas en desigualdades. Si bien los cazadores especializados en grandes animales ya se caracterizan por tener sociedades jerárquicas y desiguales, en las que la fuerza masculina era la fuente de todos los derechos, a partir de la aparición de excedentes, la desigualdad se convierte en una consecuencia del sesgo en la apropiación, es decir, pasa a ser netamente cultural. Y los niños, mujeres y otros hombres con derechos recortados (esclavos o siervos) son excluidos y subalimentados, al declararlos inferiores en las nuevas ciudades, donde se concentraba el poder de la principal institución redistributiva: el estado.

Hace 6.000 años, las ciudades-Estado surgidas en distintas partes del mundo, a pesar de sus muchas diferencias, tenían rasgos comunes: se basaron en la existencia de poblaciones numerosas (a quienes gravar), circunscritas (no podían huir), estratificadas jerárquicamente (según su apropiación del excedente agrario) y especializadas (campesinos, artesanos, guerreros, etc.), con niveles administrativos que coexistían con otros circuitos redistributivos (los templos, el mercado) de menor importancia (Berdan, 1991).

Todas estas ciudades-estado, en su variedad, van a desarrollar cocinas diferenciadas porque, cuando existe apropiación jerárquica del excedente agrario, aparece la distinción entre estilos de vida con signos particulares,

a los que la cocina no podía permanecer ajena. La *baja cocina* o *cocina campesina*, casera, familiar y femenina, se basaba en un cereal (arroz en Asia, maíz en América, trigo en Europa) con un poco de verdura y casi nada de carne. Hoy es endiosada como saludable cuando fue cocina de la escasez (Montanari, 1993). En tanto, la *alta cocina*, *cocina de la corte* o *cocina aristocrática* estaba formada por todo lo demás, incluyendo alimentos exóticos y recetas escritas, preparadas por cocineros varones que organizaban banquetes para una pequeña masa de aristócratas sibaritas que no miraban los costos. Las orgías romanas son un ejemplo de esta cocina política, en la que la comida no solo se come: se muestra como espejo del poder (Goody, 1985). Estas cocinas romperán el

cuerpo único de los cazadores-recolectores generando *cuerpos de clase*: ricos gruesos y pobres delgados, cada uno con diferentes formas de enfermar y morir, definiendo patologías de la abundancia (obesidad) y de la escasez (desnutrición).

### ■ TERCERA TRANSICIÓN: EL AZÚCAR QUE NOS HIZO OPULENTOS

La tercera transición comienza con la expansión colonial de las potencias europeas que encontraron no solo el oro que financió su desarrollo, sino también la posibilidad de cultivar el alimento más caro de su pirámide de precios: el azúcar. Este cultivo se basaba en el sistema de plantaciones y trapiches (cuya organización del trabajo antecedió a la fábrica) con mano de obra de esclavos africanos.

A partir del siglo XVII, el azúcar inundó las dietas, financió energéticamente la revolución industrial y, al destilar melaza para producir aguardiente, se convirtió tanto en un arma de dominación territorial como en un «matahambre proletario» (Mintz, 1996).

El azúcar es el alimento trazador de las sociedades de mercado aún hoy, después de medio siglo de presión salubrista que pugna por eliminarlo –dadas la magnitud y las consecuencias de su consumo– sin lograrlo, ya que prácticamente todos los alimentos industrializados, sean procesados o ultraprocesados, lo contienen en forma invisible, porque aumenta tanto la palatabilidad como la conservación.

El transporte de especies que siguió a la expansión colonial europea remodeló los ecosistemas promoviendo quince géneros vegetales a escala mundial, destruyendo el paisaje local en aras del rendimiento comer-

**«Todas las dietas paleolíticas tenían unas características en común: eran diversas, estacionales y frugales»**

cial. La industria alimentaria que surgió de esta abundancia transformó los alimentos a través de la conservación, la mecanización, el transporte, la inocuidad controlada por sistemas expertos, la publicidad y la comercialización basada en redes mayoristas y minoristas de nivel planetario. Hoy, más que las agroindustrias, los que deciden la dieta del comensal urbano son 250 *holdings* altamente diversificados de nivel global (Patel, 2008). Nuestros alimentos son mercancías «buenas para vender antes que buenas para comer» (Harris, 1989, p. 13), considerados responsables de las enfermedades crónicas no transmisibles que nos aquejan (diabetes, hipertensión) y que se convierten en pandemias, como la obesidad (Chan, 2013).

## ■ DEVORANDO EL PLANETA

Hoy la crisis de la alimentación se presenta como estructural (alcanza simultáneamente la producción, la distribución y el consumo), paradójica (habiendo alimentos para todos, existen 900 millones de personas desnutridas (FAO, 2018) y terminal (la contaminación probablemente haya superado las capacidades autodepuradoras del ecosistema global (United Nations Environment, 2019).

En la producción soportamos una crisis de calidad (exceso de hidratos de carbono, grasas y azúcares con situación crítica en algunos micronutrientes, como vitaminas, hierro y calcio) y de sustentabilidad (si se continúa el modelo extractivo de agricultura química, ganadería farmacológica y pesca depredadora, el deterioro del medio ambiente impedirá la producción futura). Como la distribución se realiza a través de mecanismos de mercado, hay una crisis de equidad, pues los alimentos no van donde se necesitan sino donde se pueden pagar, con consecuencias nefastas como son el consumo por exceso y por defecto, ambos insalubres.

En relación con el consumo, soportamos una crisis de comensalidad, ya que la comida industrializada conspira contra la identidad al desplazar la comida compartida borrando mesas y normas en un picoteo permanente de los llamados OCNIS: objetos comestibles no identificados (Fischler, 1995). Aunque el comensal desconozca lo que hay dentro del envase que ha comprado, hay cosas que no faltarán: plástico, conservantes, saborizantes, colorantes, azúcar, sal y grasa. La norma de nuestro tiempo es comer solos, productos desconocidos, en envase individual y a todas horas. Esta crisis alimentaria es producto y productora de relaciones sociales y tiene consecuencias sanitarias, pero también ecológicas, sociales, políticas y demográficas.



Sharon McCutcheon—Unsplash



Josh Appel—Unsplash

La norma de nuestro tiempo es comer solos, productos desconocidos, en envase individual y a todas horas.

**«Hoy, más que las agroindustrias, los que deciden la dieta del comensal urbano son 250 *holdings* altamente diversificados de nivel global»**

Sarah Swinton—Unsplash

Aunque diversos análisis (Beck, 1998; Giddens y Pierson, 1998) permiten delinear políticas que pugnan por situarnos en la próxima transición, debemos estar alerta ante las soluciones únicas a problemas complejos, ya que el sistema no admite «balas de plata». La revolución verde y los transgénicos son ejemplos de lo que en su momento se creyó que eran la panacea, pero los procesos sistémicos son mucho más complicados. También debemos alertar sobre la ilusión pastoril (volver al pasado produciendo sin química ni ciencia) y la ilusión tecnológica (esperar que algún invento limpie los ríos y nuestras arterias), tanto como las salidas bárbaras (esperar el colapso o, como se hizo en el pasado, salir de la crisis incrementando las diferencias).

Finalmente, hay que recordar que esta crisis es social y, como tal, humana, producto de la manera como hicimos las cosas. Por eso, dentro de ciertos límites, es posible actuar para revertirla. Probablemente, antes de que el mercado termine de convertir el mundo en un centro comercial para unos pocos, todavía estemos a tiempo de producir con sustentabilidad, distribuir con equidad y consumir en comensalidad. ☺



«Debemos estar alerta ante las soluciones únicas a problemas complejos, ya que el sistema no admite “balas de plata”»

#### REFERENCIAS

- Aguirre, P. (2017). *Una historia social de la comida*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Berdan, F. (1991). Comercio y mercados en los estados precapitalistas. En S. Plattner, *Antropología económica* (pp. 116–137). México: Alianza Editorial-Consejo Nacional para la Cultura y las Artes.
- Bolaños, M. V. (2000). Revisión crítica de la teoría de la transición epidemiológica. *Papeles de Población*, 6(25), 179–206.
- Brunn, H. (2007). Meat made us human. En Peter S. Ungar (Ed.), *Evolution of the human diet. The known, the unknown and the unknowable* (pp. 206–227). Oxford: Oxford University Press.
- Campillo Álvarez, J. E. (2010). *El mono obeso. La evolución humana y las enfermedades de la opulencia*. Barcelona: Editorial Crítica.
- Chan, M. (2013, 20 de mayo). *Alocución de la Dra. Margarte Chan, directora general de la Organización Mundial de la Salud en la 66.ª Asamblea Mundial de la Salud*. Consultado en [www.who.int/dg/speeches/2013/world\\_health\\_assembly\\_20130520/es](http://www.who.int/dg/speeches/2013/world_health_assembly_20130520/es)
- Eaton, S. B. (2007). Preagricultural diets and evolutionary health promotion. En Peter S. Ungar (Ed.), *Evolution of the human diet. The known, the unknown and the unknowable* (pp. 384–394). Oxford: Oxford University Press.
- FAO. (2018). *El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo*. Consultado en [www.fao.org/3/19553ES/19553es.pdf](http://www.fao.org/3/19553ES/19553es.pdf)
- Fischler, C. (1995). *El (h)omnívoro. El cuerpo, la cocina y el gusto*. Barcelona: Anagrama.
- Goody, J. (1985). *Cocina, cuisine y clase. Un estudio de sociología comparada*. Barcelona: Gedisa.
- Harris, M. (1985). *Caníbales y reyes. Los orígenes de las culturas*. Madrid: Alianza Editorial.
- Harris, M. (1989). *Bueno para comer*. Madrid: Alianza Editorial.
- Kates, R. W. (1994). El mantenimiento de la vida sobre la Tierra. *Investigación y Ciencia*, 219, 92–101.
- Leonard, W. (2002). Food for thought. Dietary change was a driving force in human evolution. *Scientific American*, 287(6), 106–115.
- Lindeberg, S., Johnsson, T., Granfeldt, Y., Borgstrand, E., Soffman, J., & Åhrén, B. (2004). A Palaeolithic diet improves glucose tolerance more than a Mediterranean-like diet in individuals with ischaemic heart disease. *Diabetología*, 50(9), 1795–1807. doi: [10.1007/s00125-007-0716-y](https://doi.org/10.1007/s00125-007-0716-y)
- Luttbeg, B., Borgenhoff Mulder, M., & Mangel, M. (2000). To marry again or not: A dynamic model of marriage behavior and demographic transition. En L. Cronk, N. A. Chagnon, & W. Irons (Eds.), *Human behavior and adaptation. An anthropological perspective* (pp. 345–368). Nueva York: Aldine de Gruyter.
- Mintz, S. (1996). *Dulzura y poder. El lugar del azúcar en la historia moderna*. Madrid: Siglo XXI.
- Montanari, M. (1993). *El hambre y la abundancia. Historia y cultura de la alimentación en Europa*. Barcelona: Editorial Crítica.
- Montero, J. (2011). *Alimentación paleolítica en el siglo XXI*. Buenos Aires: Akadia editorial.
- Patel, R. (2008). *Obesos y famélicos. Globalización, hambre y negocios en el nuevo sistema alimentario mundial*. Buenos Aires: Marea.
- Popkin, B. M. (1994). The nutrition transition in low income countries. An emerging crisis. *Nutrition Reviews*, 52(9), 285–298. doi: [10.1111/j.1753-4887.1994.tb01460.x](https://doi.org/10.1111/j.1753-4887.1994.tb01460.x)
- Smil, V. (2003). *Alimentar al mundo. Un reto del siglo XXI*. Madrid: Siglo XXI.
- Tishkoff, S., Reed, F. A., & Ranciaro, A. (2007). Convergent adaptation of human lactase persistence in Africa and Europe. *Nature Genetics*, 39(1), 31–40. doi: [10.1038/ng1946](https://doi.org/10.1038/ng1946)
- United Nations Environment (2019). *Global environment outlook – GEO-6: Summary for policymakers*. Nairobi. doi: [10.1017/9781108639217](https://doi.org/10.1017/9781108639217)

**PATRICIA AGUIRRE**. Doctora en Antropología por la Universidad Nacional de Buenos Aires (Argentina), docente e investigadora. Titular de la cátedra de Antropología Alimentaria en la licenciatura de Nutrición de la Universidad Nacional de Lanús, Argentina. Profesora de varios posgrados y especializaciones. Ha sido profesional del Área de Nutrición del Ministerio de Salud de Argentina a lo largo de treinta años. También ha sido consultora de la FAO, la OMS y UNICEF. ✉ [patriciaguirre2@gmail.com](mailto:patriciaguirre2@gmail.com)