

Cultura nutricional para el contexto venezolano actual. Una experiencia universitaria formativa y transformadora

Nutritional culture for the current Venezuelan context. A formative and transformative university experience

Ojeda Valbuena, Johanny Rita

Universidad Politécnica Territorial
de Maracaibo (Venezuela)
mitoasojeda1@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-1297-2478>

PP: 41-45

Orestes Griego Cairo Griego Cairo, Orestes

Universidad Central Marta Abreu
de Las Villas (Cuba)
griegoorestes@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-8007-8195>

RESUMEN

La formación académica universitaria es fundamental para solucionar demandas sociales del contexto venezolano; en relación a lo relativo a las necesidades de alimentación. Las nuevas perspectivas evidencian desafíos globales teniendo en cuenta el desarrollo endógeno y la vinculación socio-comunitaria, como elementos importantes referente a las contingencias y problemáticas contemporáneas. Esta investigación profundiza las potencialidades de la formación estudiantil con vínculo directo en la comunidad, propiciando una formación integral sobre los conocimientos esenciales relacionados con la alimentación, que de alguna manera, permiten transitar un proceso histórico-cultural que otorga implicaciones de interrelaciones socioeconómicas y socioculturales interesantes. Se aplica una estrategia metodológica cualitativa; basada en resaltar potencialidades de los productos alimenticios autóctonos, con miras a garantizar experiencias significativas que puedan enriquecer el proceso de enseñanza-aprendizaje, ejerciendo un quehacer social que dinamice el conocimiento de una cultura que posee rasgos de una alimentaria sustentable. Los resultados expresan cuanto puede minimizarse los déficits nutricionales propiciando la interrelación del interconocimiento que favorezca la práctica cotidiana y genere una visión alimentaria más adecuada a pesar de las limitaciones económicas circunstanciales de la realidad venezolana

Palabras clave: cultura nutricional, seguridad alimentaria, formación universitaria.

ABSTRACT

University academic training is essential to solve social demands of the Venezuelan context; in relation to food needs. The new perspectives show global challenges taking into account endogenous development and socio-community linkage, as important elements regarding contingencies and contemporary problems. This research deepens the potential of student training with a direct link in the community, promoting comprehensive training on essential knowledge related to food, which in some way, allows a historical-cultural process that gives implications of interesting socioeconomic and sociocultural interrelationships. A qualitative methodological strategy is applied; based on highlighting the potential of native food products, with a view to guaranteeing significant experiences that can enrich the teaching-learning process, exercising a social task that stimulates the knowledge of a culture that has features of a sustainable food. The results express how much nutritional deficits can be minimized by fostering the interrelation of mutual knowledge that favors daily practice and generates a more adequate food vision despite the circumstantial economic limitations of the Venezuelan reality.

Keywords: nutritional culture, food security, university education.

*Lcda. en Educación Mención Ciencia y Tecnología Universidad del Zulia, Magíster en Ciencias Mención Orientación en Educación para padres, Docente: Universidad Politécnica Territorial de Maracaibo, **Profesor investigador del Centro de Estudio "Cultura Física y Deporte, Facultad de Cultura Física, de la Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas. Doctor en Ciencias de la Cultura Física y Profesor Titular.

Máster en Entrenamiento Deportivo para la Alta Competencia. Miembro del Consejo Científico Asesor de la Federación Cubana de Voleibol. Licenciado en Cultura Física y Licenciado en Derecho. Entrenador Nivel II de Voleibol y Voleibol de playa.

Introducción

A nivel mundial existe una amplia preocupación por garantizar la alimentación, como un derecho humano básico que potencia la calidad de vida de los seres humanos, al dotar de los nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo de las personas. Ella en sí misma, es un medio de prevención de enfermedades y anomalías en el funcionamiento biológico y psicológico del hombre (INN, 2013a). En este empeño una de las más importantes batallas, está dada por alcanzar una dieta balanceada que garantice una sostenibilidad en su utilización, pero esta depende del conocimiento, idiosincrasia y la cultura nutricional que posean los individuos.

El estilo de vida y la cultura determinan las actitudes hacia determinados productos alimenticios, estos algunas veces pueden ser saludables y otras veces nocivos para la salud Díaz, Carus, Macossay y Barbosa, (2010); Fernández, Sánchez, Mirón y Martín, (2019). La alimentación humana, como proceso biológico general es resultado de una evolución filogenética. Consistente en la ingestión/digestión de diversos alimentos, a partir de los cuales la nutrición permite la asimilación de nutrientes Torres, (2009). Este es un tema de mucha importancia a tratar en la población venezolana, la cual atraviesa una fuerte situación económica.

Tal situación ha desencadenado incrementos masivos en el precio de los alimentos y otros insumos básicos de la población, producto del actual contexto económico que vive la nación. La historia alimentaria de la República Bolivariana de Venezuela, se ha caracterizado por la presencia constante de transculturaciones que van desde sus orígenes hasta los tiempos actuales (INN, 2013b).

Muchos de los cambios introducidos por el fenómeno transculturizador tuvieron vigencia durante determinadas épocas históricas y se suele olvidar su carácter político, eurocentrado y colonial. Evidencias científicas existentes demuestran la repercusión positiva que sobre la salud tiene la mejora de la alimentación. (Elley, Kerse, Arroll y Robinson, (2003). La comida fue incorporada a los modos de producción industrial y su consumo ha sido potencializado, por el uso de maquinarias y procesos propios de la industria. Las adopciones fueron tan profundas que se fusionaron con las propias para generar nuevos modelos y formas de alimentación.

La alimentación se convierte en proceso histórico, no sólo porque varía en el tiempo y el espacio, sino porque varía de acuerdo a la modalidad de su inserción dentro de las relaciones sociales. Susceptible de cambios y transformaciones de sus formas, como parte del desarrollo de la sociedad, la reproducción social de sujetos y las condiciones socioeconómicas del momento. Su carácter social

está dado no solo por el hecho de que sus rasgos colectivos surgen de la interacción entre individuos componentes de un sistema, sino también por la relación establecida entre sujetos

La alimentación tiene por base en Venezuela el maíz, el plátano y los granos en general, aunque el binomio carne-maíz, característicos desde la dieta colonial se ha mantenido en las tradiciones alimentaria venezolana (Torres, 2009). La preparación de algunas comidas tradicionales que anteriormente se realizaban artesanalmente y con herramientas rústicas pasaron a ser elaboradas con utilización de máquinas y aplicando estrategias que aumentaron la capacidad productiva individual de cada trabajador. En este sentido, la tecnología ha impactado considerablemente en la producción de comida para el consumo humano.

A esto también se le pudiera añadir, que actualmente en el territorio venezolano, el desarrollo de patios productivos o huertos familiares, han propiciado que platos tradicionales, muchos de ellos aún producidos en un sistema familiar, pudieran ser consumidos en gran escala. El reclamo que hace la sociedad a la universidad venezolana es tener mayor relación con las realidades actuales del país. Por lo tanto, entregar un graduado a la sociedad más comprometido con su problemática y entorno social depende de los sistemas de enseñanza y su calidad. Uno de los factores que pueden contribuir a mejorar la enseñanza es la formación recibida por los estudiantes y su vínculo social Darling-Hammond, (2012).

Con el desarrollo del Programa Nacional de Formación en Seguridad Alimentaria y Cultura Nutricional (PNF-SACN) perteneciente a la Universidad Politécnica Territorial de Maracaibo (UPTM), se busca formar a través de la investigación e innovación participativa a ciudadanos y ciudadanas en el propósito de consolidar, en la población venezolana, la alimentación como un derecho humano fundamental. En tal sentido la formación que reciben los estudiantes les permite conocer y valorar las necesidades nutricionales de la población, promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable. De igual manera identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas para accionar en la comunidad Fernández, Sánchez, Mirón y Martín, (2019).

El conocimiento profundo de las características y composición de los alimentos, así como la aplicación de principios y correctas técnicas de manipulación en su preparación, son esenciales para lograr un buen producto culinario y la inocuidad de los alimentos de forma tal que satisfaga los requerimientos nutricionales de la población.

Un buen estado de nutrición, aunque sea alternativo depende de la calidad de la alimentación la

cual está relacionada, no solo con la correcta selección y combinación de los alimentos, sino también con la aplicación de procedimientos de preparación adecuados que permitan conservar su valor nutritivo. El cual está determinado tanto por su composición original como por los cambios introducidos en ellos, además de los procesos culinarios aplicados para su preparación antes de ser ingeridos Gótera, (2003). La participación comunitaria de estos estudiantes constituye un espacio activo que evoluciona, instruye, motiva y educa a la población venezolana en el conocimiento de sus propias capacidades para perseguir y lograr metas que incidan en el desarrollo de una cultura nutricional optimizando así su calidad de vida.

Todo ello, en condiciones óptimas de seguridad, soberanía y adecuada nutrición. De igual manera se busca recuperar, validar y promover modelos tradicionales y sostenibles para la consolidación de una adecuada cultura alimentaria de la población, acorde a las circunstancias actuales del país. Este propósito será posible si desde la formación universitaria se trabaja en función de hacer que la población comprenda la necesidad transformar y trascender el paradigma consumista imperante, por un enfoque integrador que responda a las manifestaciones propias de la cultura nacional. Se hace necesario afianzar criterios y valores que promuevan la salud colectiva integral y el buen vivir, a partir de inculcar en la población propuestas de consumo de alimentos saludables.

El propósito fundamental de esta investigación fue mostrar una experiencia de los estudiantes del Programa Nacional de Formación Seguridad Alimentaria y Cultura Nutricional de la Universidad Politécnica Territorial de Maracaibo, en un marco descolonizador de la formación universitaria. Resulta necesario difundir como la Universidad Bolivariana puede propiciar el desarrollo de una cultura nutricional en el contexto venezolano actual, logrando poner de manifiesto el impacto comunitario desde el mismo proceso de formación de los estudiantes y como parte del vínculo universidad sociedad.

Necesidad de potenciar un cambio transformador en la cultura alimentaria de la población venezolana.

Esta experiencia se llevó a cabo en el "Ovalón", un ambiente deportivo-recreativo perteneciente a la comunidad de la Urbanización La Floresta en la ciudad de Maracaibo, estado Zulia. Se estructuró como un proceso educativo no formal que además de contribuir en la formación de valores humanos, desarrolla las relaciones interpersonales establecidas durante la misma participación comunitaria. El reclamo que hace la sociedad a la universidad venezolana es tener mayor relación con las realidades actuales del país. La participación comunitaria de estos estudiantes constituye un espacio activo que evoluciona, instruye, motiva y educa a la pobla-

ción venezolana en el conocimiento de sus propias capacidades para perseguir y lograr metas que incidan en el desarrollo de una cultura nutricional optimizando así su calidad de vida.

Es una relación de interacción educativa donde se aprende y enseña conocimientos y destrezas que benefician la manera de satisfacer metas y expectativas colectivas mediante el cumplimiento de actividades y estrategias que se llevaron a cabo, con el fin de mejorar sus hábitos alimenticios incorporando así alternativas que favorecen la adquisición de una cultura alimentaria más adecuada. Vargas, (2010).

La Cultura Alimentaria no es más que modelos alimentarios y nutricionales que forman parte de la herencia cultural de los pueblos. Esta concepción tiene mucho que ver también con las formas de cultivar y cosechar utilizando métodos agroecológicos, así como la forma de preparar los alimentos, utilizando prácticas sanas establecidas en la clasificación de lo que se denomina trompo de alimentación, además de alternativas que aporten beneficios saludables al sistema familiar.

La agroecología desempeña un papel importante con vistas a volver a lograr un equilibrio entre la tradición y los hábitos alimentarios modernos, uniéndolos de una manera armoniosa que promueva la producción y el consumo de alimentos saludables y respalde el derecho a una alimentación adecuada. En este sentido, la agroecología busca cultivar una relación saludable entre las personas y su visión entorno a la alimentación.

La identidad cultural y el sentimiento de pertenencia están estrechamente unidos a los territorios y los sistemas alimentarios de las comunidades. A esto se puede añadir, que las personas y los ecosistemas han evolucionado juntos, las prácticas culturales y los conocimientos ancestrales, sobre tradiciones que ofrecen una extensa experiencia, que puede servir de inspiración para la búsqueda de soluciones agroecológicas. Asociado a lo anterior, se puede afirmar que las tradiciones culinarias se basan en distintas variedades y aprovechan sus diferentes propiedades.

De todo esto se puede concluir que, si se toma este cúmulo de conocimientos tradicionales como guía, la agroecología puede ayudar a materializar el potencial de los territorios para mantener a sus comunidades sanas. Existen múltiples experiencias en el tratamiento con una dieta adecuada y balanceada de alimentos. A pesar de ello, algunos autores opinan que el ser humano a través de la historia, ha contado con una nutrición donde generalmente los alimentos se seleccionan por su paladar, y se ha olvidado que la mal nutrición afecta la vida y la salud de las personas.

En virtud de lo anterior, son pocos los temas despiertan tanto interés académico y han llegado

a producir publicaciones científicas en los últimos años como el tema de la cultura alimentaria (Moreno, S/F). Se revalora al alimento como un elemento de funcionalidad, dado que establece la sociabilidad, además de que representa valores, costumbres y tradiciones, y en algunos grupos o sociedades se distingue como un símbolo que conlleva una carga de significados espirituales y religiosos.

En el entorno de la cultura alimentaria y la forma de alimentación son diferentes campos para su análisis, el histórico, biológico, económico, político y social. El hecho radica en que la humanidad por tener una relación con la alimentación se convierte en el actor principal y es ahí donde la comida, dieta y cultura ocupan un lugar relevante por la función que desempeña y que mucho tiene que ver con el conocimiento y el equilibrio de una sociedad o comunidad saludable.

Al transformarse los nuevos escenarios y contextos de donde provienen los nuevos alimentos que son accesibles para el consumo del ser humano, hay una conformación de su nueva cultura alimentaria. Estos cambios se ponen de manifiesto en países muy pobres y en las sociedades de consumo. Es cierto que los hábitos alimentarios fueron conformados como parte de la historia, modificar los hábitos de conducta, los modos de actuación en cuanto a la alimentación se hacen necesarios.

Existen personas que poseen cierta cultura, pero no la practican y otras no lo hacen por desconocimiento. A pesar de su promoción, en ambas prevalece la costumbre. Para que esa modificación sea verdadera, profunda y duradera debe partir del conocimiento de los factores y los cambios que pueden hacerse en aras de una mejor salud. Mientras tanto, se ha producido un aumento descontrolado de la obesidad y las enfermedades relacionadas con la inadecuada dieta, personas con sobrepeso y enfermedades no transmisibles (por ejemplo, el cáncer, las enfermedades cardiovasculares y la diabetes).

Según estos análisis, se concluye que son estas las causas principales de la mortalidad mundial. Para corregir los desequilibrios de nuestros sistemas alimentarios y avanzar hacia la erradicación del hambre en el mundo, no basta con solamente aumentar la producción de alimentos, se hace necesario, crear una cultura alimentaria.

Propuesta

En la actualidad, el tema acerca de una correcta alimentación humana es motivo de debates. Pero para hacer posible estas intenciones es necesario transformar y trascender, desde la influencia universitaria, el paradigma consumista por un enfoque integrador que responda a las manifestaciones propias de nuestra cultura. En la formación de un egresado comprometido con la problemática de su

entorno, se hace necesario hay que utilizar metodologías que ayuden y faciliten el aprendizaje de los estudiantes a través de la acción comunitaria, la reflexión sobre la base de sus propias experiencias prácticas y la autocrítica formativa, que a su vez pueda ser motor impulsor para promover el interés continuo por el aprendizaje.

Se entiende que la formación tiene que producir satisfacción al egresado y a su vez ésta debe serle de ayuda para la resolución de problemas en su práctica diaria. De ahí que el vínculo directo de los estudiantes a la comunidad para contribuir a la transformación, de una visión descolonizada de pensamiento y en este caso particular sobre temas tan actuales como la alimentación adecuada, cobra una vital importancia para potenciar soluciones desde un pensamiento descolonizado y creativo el contexto social venezolano.

Como forma de potenciar el pensamiento y actuar descolonizador de la enseñanza universitaria, los estudiantes del PNF-SACN perteneciente a la UPTM, se vinculan mediante acciones participativas comunitarias, al fomento y divulgación de actividades y estrategias que contribuyan al desarrollo de una cultura nutricional basada en el rescate y reivindicación del uso de productos nacionales sus actuaciones nace del interés común política social universidad, vinculado a la calidad de la formación del estudiante universitario profesorado universitario, coherente con los planteamientos promulgados

Lo anterior demuestra la importancia del trabajo desarrollado y se contribuye de esta manera a una soberanía alimentaria basada en el recate de los modelos tradicionales y sostenibles, para la consolidación de una cultura alimentaria saludable y soberana.

Consideraciones finales

Estudios realizados por diversos especialistas muestran que, al transformarse los nuevos escenarios y contextos económico, social y cultural, en donde proviene la tendencia capitalista y colonizadora del consumo de alimentos industrializados, transgénicos, se produce una visión negativa acerca del consumo de alimentos. Todo ello motivado por la propaganda y campañas mediáticas que invisibilizan las culturas autóctonas de las naciones y desarrollan hábitos consumistas de alimentos poco saludables.

El combate a estas influencias implica la necesidad de trabajar en el fomento y promoción del rescate de nuestras tradiciones ancestrales y la defensa de nuestra identidad. Existen múltiples experiencias desde nuestra propia cultura nutricional, en el tratamiento con una dieta adecuada y balanceada en el consumo de alimentos. Al fortalecer el consumo de alimentos autóctonos por medio de preparaciones de alimentos fortificados combinan-

do las diferentes formas de preparación, se reduce el costo de la alimentación y mejora la calidad de la dieta de la población venezolana.

El rescate de estas experiencias y costumbres alimentarias son necesarias para contribuir a la mejora de la alimentación del pueblo desde una mirada descolonizadora, con el fin de combatir el consumismo de productos industrializados los cuales monopolizan la forma de alimentación y costumbres más autóctonas de nuestra nación. Es por ello que, a modo de potenciar el pensamiento y actuar descolonizador de la enseñanza universitaria venezolana, en este sentido, es preciso mostrar las experiencias positivas que contribuyan al rescate de una cultura alimentaria y saludable, desde las propias potencialidades de los recursos y productos alimenticios de la nación.

Los estudiantes del PNF-SACN perteneciente a la UPTM, contribuyen a este propósito desde su propio proceso de formación profesional, al vincularse a la labor social, mediante su participación comunitaria desarrollando funciones de promoción, que instruyen y educan a la población en el conocimiento de formas de alimentación más sanas y saludables. Todo ello, a partir del uso de alimentos autóctonos presentes en los patios productivos y en los proyectos socio-productivos de la comunidad.

Referencias bibliográficas

Constitución de la República Bolivariana de Venezuela. (24 de marzo del 2000).

DARLING-Hammond, L. (2012). Teacher preparation and development in the United States. A changing policy landscape. En L. Darling-Hammond & A. Lieberman (eds.). *Teacher Education around the World* (130-150). Nueva York: Routledge.

DÍAZ, R., Carús, M., Macossay, C., y Barbosa, I. (2010). Efecto del estilo de vida en los hábitos y conductas alimentarias en universitarios. *Revista Exploratoris*, 1, 1-6.

ELLEY, C.R., Kerse, N., Arroll, B., y Robinson, E. (2003). Effectiveness of counselling patients on physical activity in general practice: cluster randomised controlled trial. *British Medical Journal*, 326(7393), 793. doi: 10.1136/bmj.326.7393.793

FERNÁNDEZ, Gómez, E., Sánchez-Ojeda, M, A., Mirón, C, E. y Martín-Salvador, A. (2019). Evaluación pre-post de una actividad formativa sobre alimentación y actividad física dirigida a estudiantes universitarios del campus de Melilla. *SPORT TK: Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 8(2), (supl. 1), 73-80.

GOTERA de Prado, Z. (2003). *Técnicas de alimentación para una vida sana*. Maracaibo. Mundo S.A. Tipografía.

Gaceta Oficial No. 5891, de la República Bolivariana de Venezuela. (2008). *Ley Orgánica de la soberanía y seguridad alimentaria*, de 31 de julio.

Gaceta Oficial No. 6011, de la República Bolivariana de Venezuela. (2010). *Ley Orgánica del Poder Popular*, de 21

de diciembre.

Instituto Nacional de Nutrición (INN). (2013b). *Aproximación a un modelo de nutrición holística, comunitaria y crítica*. Caracas. Fondo Editorial Gente de Maíz.

Instituto Nacional de Nutrición (INN). (2013a). *Lucha de los pueblos, revolución y soberanía alimentaria*. Caracas. Fondo Editorial Gente de Maíz.

LOYA, H. (2008). Los modelos pedagógicos en la formación de profesores. *Revista Iberoamericana de Educación*, 46, 3-25.

MELÉNDEZ, Pereira, C., & Guerra Córdova, A. (2019). El desarrollo en la universidad venezolana: antecedentes y perspectivas para una educación universitaria con enfoque de Desarrollo Humano. *Mayéutica Revista Científica De Humanidades Y Artes*, 7, 99-142. <https://revistas.ucla.edu.de/index.php/mayeutica/article/view/2095>

MORENO, García, D. (S/F). *Cultura Alimentaria*. Facultad de Salud Pública y Nutrición, Universidad Autónoma de Nuevo León, México. 1-8.

QUJIJE, Anchundia, P. L. (2015). La profesionalización pedagógica: experiencias con los docentes de la facultad de ciencias administrativas en la universidad laica Eloy Alfaro de Manabí. *Formación y Calidad Educativa (REFCaE)*. 3(2), 21-32.

TORRA, Bitloch, I., et/ al. (2013). Retos institucionales de la formación del profesorado universitario. *Revista de Docencia Universitaria*, 11(1), 286-305.

TORRES, Sánchez, J. (2009). *Alimentación en Venezuela: una revisión histórica*. *Heurística* 11, 27-38.

VARGAS, Arena, I. (2010). *Resistencia y participación*. Caracas. Monte Ávila Editores Latinoamericana SA.