

# COMER, ¿NECESIDAD FISIOLÓGICA O CULTURAL?

## EATING, PHYSIOLOGICAL OR CULTURAL NEED?

**Palabras Clave:** Terapia Ocupacional, actividades de la vida diaria, comer.

**Key Words:** Occupational Therapy, Activities of daily living, eating.

**DECS:** Terapia Ocupacional. Actividades Cotidianas, alimentación.

**Mesh:** Occupational Therapy, Activities of Daily Living, Feeding



**Autora:**

*Dña. Irene Somoza Sampayo. Terapeuta Ocupacional valoradora para la Ley de la Dependencia. Ourense.*

### Como citar este documento:

Somoza Sampayo I. Comer, ¿necesidad fisiológica o cultural?. TOG (A Coruña) [revista en Internet]. 2009 [fecha de la consulta]; 6(9): [4 p.]. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num9/pdfs/foto1.pdf>

**Texto Recibido :** 01/02/2009

**Texto Aceptado:** 20/02/2009

## ¿Qué papel juega la comida en nuestras vidas?

Si en una clase de biología se preguntase qué significa comer, la mayoría de las respuestas serían que es una necesidad fisiológica que el ser humano tiene para poder sobrevivir, coloquialmente es como la “gasolina” del ser humano.

Sin embargo, si estuviésemos en una clase de sociología, las respuestas serían muy diferentes. Además de ser una necesidad (por supuesto) es también un acto social. Las personas lo utilizamos como elemento socializador. Recordemos la frase anónima y popular: “Quien comparte su comida, no pasa solo la vida”

Desde el punto de vista de la terapia ocupacional, la contestación también variaría, comer es una actividad básica de la vida diaria que implica el “proceso

de colocar, preparar y conducir la comida y los líquidos desde el plato o la copa a la boca” (The American Occupational Therapy Association, 2002) [1].

También es una de las actividades de la vida diaria relacionadas con la supervivencia. Según Reed y Sanderson [1] dicha supervivencia no hace alusión simplemente a la satisfacción de las necesidades básicas y al mantenimiento de las funciones vitales, sino que incluye también al mantenimiento del yo y al sentimiento de pertenencia del individuo al grupo. [1]



**Somoza Sampayo I.** 2009. *El movimiento de personas en un bar de tapas es constante: “pincho, tapa y cambiamos”, como se puede apreciar en la foto.*

En los países mediterráneos la tradición de la cocina es algo reconocido a nivel mundial. En cada zona hay unas características propias del lugar, dependiendo de la cultura gastronómica y los alimentos más abundantes del territorio.

En Galicia, existe una buena materia prima por las condiciones naturales de locales y el cuidado de la gente del lugar a la hora de obtenerla. Todas las fiestas están unidas a cualquier evento relacionado con la gastronomía: “Feira

do queixo”, “Saga do percebe”, “Feira do porco”... y en todas ellas hay siempre música y comida.

Incluso mucha gente del rural utiliza los eventos relacionados con gastronomía como calendario: matanza del cerdo, recogida de la uva... que se realizan en épocas puntuales del año y que todas ellas están relacionadas con la climatología. Estos actos conllevan una serie de ritos y tradiciones conservadas a lo largo de muchos años.

En la ciudad, el día a día relacionado con la comida es la “cultura de las tapas”: con la consumición ofrecen un pincho y una tapa de cocina. La gente hace sus rutas en función de la especialidad de cada lugar. Se convierte en una tradición del lugar y en una excusa para socializarse ya que la gente se suele reunir con este propósito. Esta práctica no se da en todas las ciudades, pero en aquellas en las que este hábito es algo casi innato se respira un ocio muy característico y a su vez socializador.

Es importante recordar el contexto y la significación según la cultura y, más concretamente, la persona. Para personas con una tradición de estas características es evidente que comer tiene una importancia que va más allá de satisfacer necesidades básicas (como recalcan Reed y Sanderson) [1].

---

## Bibliografía

[1] Moruno Miralles P, Romero Ayuso D. Actividades de la Vida Diaria. 1ª Ed. Barcelona: Masson; 2006.