

¡Con las manos en la masa! Alimentación e institucionalización, un entramado interdisciplinario entre la Psicopedagogía y la Nutrición

*Autores: Carrizo, Micaela Belén; Stefanelli, Evelyn.
Unidad de Infancias, Juegos y Aprendizajes. HZE "Dr.
Noel H. Sbarra".*

RESUMEN

En este artículo, se relata la experiencia del proyecto que surge de la Unidad de Infancias, Juego y Aprendizaje y es llevado adelante junto al Área de Nutrición Infantil del Hospital Zonal Especializado "Dr. Noel H. Sbarra".

La alimentación es un proceso social, cultural y biológico-nutricional estudiado como un fenómeno complejo que se encuentra atravesado por múltiples dimensiones desde los primeros momentos de vida. Mediante un dispositivo grupal, en formato taller, se pretende abordar la alimentación de los niños y niñas que conforman la Sala 3° del Hospital.

Palabras clave: infancias - alimentación - nutrición - juego - cultura - desarrollo - institucionalización.

Descriptores: JUEGOS E IMPLEMENTOS DE JUEGO - CUIDADO DEL NIÑO - PRACTICAS INTERDISCIPLINARIAS - INTERVENCION PSICOSOCIAL - ATENCION AMBULATORIA - ATENCION HOSPITALARIA.

Cómo citar:

Carrizo, M.B. y Stefanelli, E. (2025). ¡Con las manos en la masa!: alimentación e institucionalización, un entramado interdisciplinario entre la Psicopedagogía y la Nutrición. Sbarra Científica, 7 (11). Disponible en: [Citado: fecha].

INTRODUCCIÓN

La comida y la cocina se vuelven un binomio indivisible, la forma en la que comemos y, sobre todo, cómo cocinamos nos caracteriza como humanos. La alimentación es una producción cultural que nos diferencia, identifica, simboliza y transforma, ya que logra asignarle sentido simbólico a una capacidad biológica.

2

Un producto comestible se transforma en comida a través de la transmisión cultural de aquellos sentidos y sistemas de clasificación, que se aprenden y transmiten dentro de las comunidades. Esto da lugar a que una persona "pertenezca", se integre a esa cultura alimentaria.

Esta pertenencia a un grupo, marca nuestra identidad alimentaria y también diferencia a quienes no comen lo mismo o de igual manera, identidad que se refleja en la diversidad y heterogeneidad de cocinas con ingredientes, aromas, condimentos, técnicas de preparación, cocción y comensalidad (maneras de servir y comer). La alimentación en la cultura nos llena de recuerdos y sensaciones, cocinar y comer como un mismo acto de ternura capaz de calar en lo más profundo de la constitución del ser humano, tal es así que, apenas un aroma se nos presenta el recuerdo nos invade y nos traslada al guiso de la abuela,

por ejemplo, ese sabor extra que aporta la mano de quien cocina con amor.

La comida es alimento, pero también es, en torno a ella, que las distintas culturas se han recreado. La comida y la cocina son reflejo de la identidad, memoria, tradición, encuentro y reunión.

He aquí el punto de partida del proyecto de Taller de Cocina, un espacio lúdico-práctico en el cual a los y las integrantes de la Sala 3° del Hospital Noel H. Sbarra, se les presenta una amplia oferta de alimentos y utensilios, cocinan y comen lo que producen. El taller se desarrolla en el espacio del comedor (ya que es el lugar más similar a una cocina que hay dentro del hospital). Cada mes se introduce un grupo de alimentos mediante diferentes actividades de exploración, acompañado de una fundamentación teórica. Además, elaboramos un recetario y mediante una votación se decide qué receta llevar a la práctica. Este trabajo relata la experiencia del Taller realizado en el Hospital.

3

Objetivos del Taller:

- Conocer y explorar los diferentes grupos alimenticios a través de sabores, texturas y consistencias, promoviendo la interacción con los alimentos ya conocidos y los nuevos, mediante la preparación y manipulación de los mismos.
- Construir espacios que alberguen la importancia de la alimentación como estructurante de subjetividad, promotor del desarrollo de procesos cognitivos y de socialización.
- Crear rutinas que involucren la apropiación e identificación con distintos espacios de la

institución, diversos hábitos de higiene, así como el reconocimiento de objetos propios y el cuidado de los mismos.

Algo más que comer

El concepto fundante del proyecto surge de un entramado teórico que se fue gestando entre las profesionales que intervenimos en la práctica, entendiendo a la alimentación de los seres humanos como un proceso social, cultural y biológico-nutricional, como fenómeno complejo que se encuentra atravesado por múltiples dimensiones desde el nacimiento.

La forma en la que comemos es estrictamente humana, así como los procesos que de ella se desprenden. Desde el momento en que se ejecuta el pensamiento, cuando se organiza lo que se cocinará, cuando se decide el cómo y se pone en marcha; todos estos procedimientos responden a lógicas de pensamiento propias de los seres humanos inmersos en un momento histórico, económico, social y cultural.

Históricamente el Hospital se ha ocupado de la forma en la que los niños y niñas que lo habitan, se alimentan. Si buscamos en la bibliografía de nuestra Institución, encontraremos disponibles las Normas de atención del niño, en dos ediciones de los años 1971 (Casa Cuna e Instituto de Puericultura (1971) y 1984 (Hospital Zonal Especializado "Dr. Noel H. Sbarra"). Se trata de instructivos acerca de cuidados generales: haremos hincapié en las indicaciones que brindan sobre alimentación. En los mismos, se explicita la forma de administración de los alimentos, la posición en la que se

come, la enseñanza de hábitos como el uso de la cuchara y la taza, el nombre de los utensilios y la higiene.

En estos escritos nos encontramos con el término "comunicación afectiva", que aún consideramos vigente y en el que se propone como condición necesaria entre las infancias que habitaban el Hospital en ese momento y los adultos encargados de dicha tarea. Además, se exige la necesidad de que estos actos no se conviertan en algo puramente mecánico, sino que se dé lugar a la palabra, a la escucha y al nombre propio.

"El niño debe comer con cuchara ya en Sala 1°, experimentando distintos gustos y consistencias en su alimentación. En Sala 3° (...), el uso de la cuchara para comer y el vaso o la taza para beber, debe ser habitual..." (Hospital Zonal Especializado "Dr. Noel H. Sbarra", 1984, p. 18).

A lo largo del texto no se presenta un desglose del concepto comunicación afectiva, pero resulta indisociable de la importancia de un adulto disponible para lograr generar la creación de los hábitos que conlleva la alimentación, posicionarse con una mirada tierna, un otro que se predispone al acompañamiento desde la singularidad de cada niño o niña, con sus tiempos, sus formas, brindando así un acercamiento al linaje y la cultura y la identidad alimentaria que se constituye en una sociedad determinada.

Es por esto que la participación activa en el proceso de cocinar representa mucho más que una simple actividad recreativa. Observar y participar de la preparación de alimentos fomenta el desarrollo de habilidades motoras, cognitivas y sociales. Expresar su creatividad y experimentar con sabores y texturas, también promueve un sentido de autonomía y autoestima. A través de la cocina, reconociendo los alimentos crudos y los procesos que

atraviesan hasta llegar a la mesa en la presentación que reciben los niños y niñas, pueden experimentar una conexión tangible con su entorno y cultura, vital en las infancias. Cocinar con otros los enlaza a su entorno cotidiano, a los otros significativos, lo cual va conformando su identidad, al mismo tiempo que los filia/inscribe a la cultura de la que forman parte.

Manipular los alimentos hasta transformarlos en comida, comida casera hecha con nuestras propias manos, de la cual disfrutamos y elegimos con quién y cuándo comer.

Con esta práctica pretendemos brindar una experiencia alimentaria que no sólo nutra el cuerpo, sino que la alimentación se vuelva un vehículo para la construcción de identidad y sentido de pertenencia, significando acciones mecánicas y transformándolas en sensaciones, emociones. Además de contribuir a la creación de hábitos nutricionales saludables y un vínculo con la comida sana.

Cocinar y compartir comida crea un orden, una rutina que provee a los niños y niñas de seguridad. A través de la participación en la preparación de alimentos y en el acto de compartir comidas, los niños y niñas internalizan, desarrollan normas y habilidades sociales esenciales para la vida en comunidad. Al respecto Durkheim (1987) menciona:

"Un sentimiento colectivo que se manifiesta en una asamblea, no expresa solamente lo que había de común entre todos los sentimientos individuales, sino que representa algo completamente distinto, como ya hemos demostrado. Es una resultante de la vida común, un producto de las acciones y reacciones que se desarrollan entre las conciencias individuales; si resuena en cada una de ellas, es en virtud de la energía especial que debe precisamente a su origen colectivo. Si todos los corazones vibran al unísono, no es a consecuencia de una concordancia

espontánea y preestablecida, sino porque una misma fuerza los mueve en el mismo sentido. Cada uno es arrastrado por todos."

Las prácticas alimentarias no pueden pensarse como algo exclusivamente individual, son socialmente construidas. Desde los alimentos que pueden comerse y los que no, así como los procedimientos a los que se someten y como se los manipulan. El rol de la comunidad es reforzar estos hechos sociales que cargan de normas a la cultura compartida colectivamente a través de la alimentación, las normas, rituales y simbolismos reflejan y refuerzan los valores colectivos promoviendo la cohesión social dentro de una comunidad o sociedad.



Figura 1: Foto ilustrativa del Taller

¡Con las manos en la masa!

La alimentación, como mencionamos en el apartado anterior, es constituyente de identidad, habilita una identificación con la comunidad, la cultura y la sociedad en la que se

vive. Además, contribuye con el desarrollo de los procesos cognitivos, el desarrollo emocional y la formación de la personalidad. El Taller de Cocina se convierte en propiciador de significaciones, un espacio de intervención estructurante de subjetividad de las infancias que habitan la sala, por lo tanto, favorecedor de desarrollo.

El dispositivo se funda a partir del Taller de Juego, con un inicio lúdico y escenario de juego. Al comenzar a planificar el desarrollo del Taller de Cocina consideramos fundamental posicionar a los niños y niñas como protagonistas de su quehacer, de su propio aprendizaje, a través de la observación, manipulación y experimentación. De esta manera, la interacción con la comida toma otro rumbo.

En cuanto a nuestro rol, nos ubicamos como organizadoras de espacios, tiempos, materiales y actividades, desarrollando las mismas para su comprensión; motivando, captando su interés y atención, estimulando su participación, favoreciendo un ambiente distendido en el que se sientan a gusto, además de ir resolviendo situaciones imprevistas como enojos, frustraciones, etc.

En los primeros encuentros con distintos objetos lúdicos, jugábamos a cocinar y las profesionales íbamos abriendo un abanico de ofertas en relación a alimentos y utensilios de cocina, poniendo nombre y explicitando su función. Se propicia un espacio de intercambio que invita a generar interrogantes y compartirlos, así como a reflexionar con otros, pares y adultos.

Además, se presenta la rutina necesaria para cocinar, dando inicio con el lavado de manos, decidir qué comer, seleccionar los alimentos, diferenciando aquellos que necesitan cocinarse de los que no, los tiempos de espera que requieren algunos y jugando con la creatividad nos sumergimos en pausas que indican que un alimento se está

cocinando, pausas en las que proponemos recrear escenas cotidianas como lavar lo que ya utilizamos, pensar en los próximos pasos o simplemente proponer un tema de charla.

Imaginando y creando, seguíamos jugando, pero al mismo tiempo introduciendo la forma en la que la comida era presentada en otros ámbitos, así como el uso de cubiertos, platos y vasos en diversas presentaciones que podían utilizarse. También, la forma en la que los comensales podían disfrutar de lo elaborado.

Es así como a partir del juego, los niños y niñas comienzan a explorar otras alternativas de encuentro con la alimentación.

Como segunda instancia del Taller, se decide dividir por grupos alimenticios las propuestas; comenzando por la presentación de los alimentos que integran el grupo alimenticio seleccionado, llevando a la sala el alimento en su versión natural para que los y las integrantes puedan tocarlo, olerlo y sentirlo. Siendo el objetivo principal, conocer la versión original del alimento que llega servido en la platina después de atravesar múltiples procedimientos.

En esta experiencia prima lo sensorial, los niños y las niñas exploran con todos sus sentidos los alimentos y los comparan en sus distintas presentaciones. Las talleristas, proponemos generar una interacción en la cual los niños y las niñas pongan a circular la palabra o expresiones, relatando lo que los atraviesa o no, en relación a la presentación realizada.

Compartimos datos nutricionales de relevancia sobre los alimentos, sumando anécdotas o mitos que circulan en torno a los mismos.

Antes de concluir el encuentro realizamos un bosquejo de recetas que potencialmente se pueden cocinar con los alimentos presentados. Los invitamos a los niños y niñas a

que nos cuenten cómo se imaginan que se puede comer, cómo se podrían cocinar y qué otros alimentos necesitaríamos para poder cocinar la receta. En los primeros encuentros, era dificultoso para los niños y niñas recoger dicha invitación, pero semana a semana, las respuestas que brindaban eran cada vez más elaboradas y llegaron a proponer comidas específicas utilizando los nombres por los que son conocidas.

Como tercera instancia, elegimos qué receta cocinar. La elección no suele ser azarosa, se trata de aquella que les genere mayor intriga o bien alguna que ya conozcan y tengan ganas de compartir con sus pares. La receta se elige entre las diferentes versiones que las talleristas proponen, y los niños y las niñas van anotando en hojas las mismas. Seleccionamos para cocinar la más votada.

En el espacio denominado "Comedor" que se ubica en la planta baja del Hospital organizamos una cocina. Este espacio fue elegido por el parecido que tiene a una cocina convencional. Además, tuvimos en cuenta que en otro momento histórico del Hospital los niños y niñas que lo habitaban disponían de ese espacio.

En este encuentro compartimos el arte de cocinar: ensuciar, degustar, experimentar... y fueron los niños y niñas quienes manipulan los alimentos para transformarlos en lo que luego será comida, será anécdota, será risas... Sobre esto la antropóloga Patricia Aguirre (2017) menciona:

"La cocina es propia de los humanos. Buscar, seleccionar, crear, combinar, lavar, picar, cortar, mezclar, cocer, decorar, servir, disponer de los restos, compartir y transmitir de acuerdo a un sistema de clasificación que impone normas acerca de lo que está bien (o mal cortado, cocido, servido etc.), es lo que constituye a una 'cocina', eso es lo propiamente humano. Y ese compartir

una cocina comiéndola en comensalidad, configura nuestra singularidad, porque une indisolublemente aspectos biológicos (lo que se puede metabolizar) y simbólicos (lo que se define, se comparte y se transmite como comida)".

En dicho encuentro, los niños y niñas se adentran en los procedimientos: deben llevar a cabo los procesos que intervienen en la preparación previa a la cocción, se trata de un trabajo colaborativo.

A través de los sentidos van transitando un lenguaje culinario. El descubrimiento de un desconocido repertorio de alimentos, sabores, temperaturas, combinatorias posibles, consistencias y texturas. Redescubrir habitando la experiencia, produciendo con sentido, dando lugar a lo inesperado. A medida que transcurren los encuentros, nos encontramos con nuevas lecturas. La cercanía con la elaboración de los alimentos introduce a los niños en la posibilidad de elegir sabores, rechazarlos, conocer y reconocer alimentos. En cada encuentro, se sumergen en una travesía a explorar, se convierten en protagonistas de su quehacer.

Por último, pueden elegir en qué momento y con quienes compartir la producción a la cual le dedicaron tiempo, risas, enojos, pero sobre todo mucho amor.

Transformando la cuchara en avión, viene el avioncito...

Viene el avioncito acompañado de una cuchara que se acerca despacito, con risas que suenan y miradas que se encuentran, manos que se rozan y un aroma que invade la experiencia formando un recuerdo que se aloja en cada uno, en diferentes versiones. Pero el resumen es siempre el mismo, un adulto referente que nos invita a adentrarnos en la experiencia alimenticia de forma amorosa.

Aunque en la actualidad la técnica del avioncito no se recomienda como práctica permanente, quisiéramos quedarnos con el rol que adopta el adulto en este tipo de intervención.

En el encuentro con el plato de comida, los niños y niñas se disponen a interactuar con el mismo. Algunos con la mano, otro/as con cuchara o tenedor, tal vez algunos husmeen lo del compañero o bien, quieran probarlo. Sin embargo, consideramos interesante indagar en la intervención del adulto como mediador en ese tiempo de exploración y descubrimiento sensorial.

En ese momento, buscamos desplazar el énfasis del niño hacia la inclusión de los adultos en la escena, entendiendo al contexto como constitutivo y a la subjetividad configurada en relación.

Dar lugar a este entorno les permite tejer lazos con la cultura y encontrar su lugar en ella. Al respecto los autores Santiago Morales y Gabriela Magistris (2018) proponen:

"Porque escuchar, no meramente oír, implica valorar la palabra del otro, y en ese mismo acto, valorar la otredad. Una buena escucha requiere que quien escucha esté dispuesto a transformar sus opiniones en base a lo que va sucediendo mientras tiene lugar un diálogo".

El momento de la comida compartida es fundamental para la socialización y la transmisión de valores. La comensalidad, la acción de comer juntos como espacio simbólico, es una forma de iniciar, mantener y promover las relaciones entre las personas. Las comidas transmiten mensajes, y a través del encuentro con un otro, se transmite toda una serie de valores culturales.

Convertirse en transmisores culturales implica adoptar un posicionamiento y una disponibilidad que demandan tiempo y empatía, habilitando y promoviendo espacios de intercambio

en los que se puedan plantear interrogantes y ofrecer respuestas. Esta disponibilidad no solo enriquece el aprendizaje cultural, sino que también juega un papel fundamental en el desarrollo integral de las infancias. Estos espacios de interacción no solo transmiten conocimientos, sino que también promueven habilidades sociales, emocionales y cognitivas, fundamentales para un desarrollo saludable.

CONCLUSIONES

Lunes tras lunes culminamos el espacio de Taller con incontables situaciones irresueltas, colmadas de interrogantes y algunas certezas. Cada encuentro nos aleja y nos adentra en los objetivos principales planteados. Esta ambigüedad la permitimos volviéndonos permeables a lo que los y las niñas nos van proponiendo; es una flexibilidad que no debe perderse al trabajar con infancias.

Esta desestructura que nos permitimos, muchas veces incómoda, resulta un ejercicio exigente pero no tanto como el desafío que se les pone en juego a las infancias que transitan el Hospital, quienes ejecutan procesos cognitivos sin representaciones de cosas o espacios, como llegar a la institución educativa y que refieran la H de Horno y ni siquiera ellos/as conozcan su existencia.

Es aquí donde volvemos a encontrarnos con la importancia del posicionamiento de los adultos, quienes no sólo acompañan, sino que también guían hacia un futuro lleno de posibilidades y aventuras, facilitando el aprendizaje y el crecimiento, jugando un rol fundamental en los espacios perdidos de socialización.

Bibliografía

- Antún, C., Amicone, M.B. y Bitar, M. Promotoras y promotores de una alimentación sana, segura y soberana; Módulo 2: La alimentación es cultura. Buenos Aires, Ministro de Desarrollo Social.
<https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2022/07/iso modulo 2 la alimentacion es cultura.pdf>
- Piaggio, L.R. y Solans, A. (2014). Enfoques socioculturales de la alimentación: lecturas para el equipo de salud. Ed. Akadia.

Referencias bibliográficas

- Aguirre, P. (2017). Una historia social de la comida. Buenos Aires, Ed. Lugar.
- Casa Cuna e Instituto de Puericultura (1971). Normas para la atención del niño. La Plata, Ministerio de Bienestar Social de la Provincia de Buenos Aires.
- Durkheim, E. (1987). Las reglas del método sociológico. Buenos Aires, Ed. La Pléyade.
- Hospital Zonal Especializado "Dr. Noel H. Sbarra". (1984). Normas de atención del niño. La Plata, Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires.
- Hospital Zonal Especializado. (1971). Normas de atención del niño. La Plata, Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires.
- Morales, S. y Magistris, G. (2018). Niñez en movimiento: del adultocentrismo a la emancipación. Buenos Aires, Ed. El Colectivo, Chirimbote, Ternura Rebelde.