

# Alimentación

Las pautas de consumo alimentario en la comunidad gitana no sólo están determinadas culturalmente. La división económica entre “los que pueden” y “los que no pueden” es frecuente y marca el discurso, en especial el de las más jóvenes. Las mayores, por su parte, siempre se muestran algo más cautas en lo relacionado con la prevención y los cuidados. En este sentido, el grupo es consciente de que existen condiciones de vida que impiden el desarrollo de una vida saludable.

“ *Si una vive debajo de un puente y otra vive en un piso.*

*- El agua caliente, las comodidades...*

*- Entonces caes..., por ejemplo una infección, en un piso la puede controlar, debajo de un puente no. Sin agua, sin luz, ni las comodidades de limpieza ni nada..., no puede mantener una infección, una herida que se le ha salido, unos puntos, entonces en mi casa se lo puedo solucionar porque tengo agua caliente, tengo más limpieza... pero debajo de un puente no... es distinto de una situación a otra.*

”

Sin embargo, una vez alcanzados ciertos niveles de existencia, los estilos de vida no resultarían vitales para la salud, y es ahí donde entra la alimentación como un aspecto secundario de la vida. Tener más dinero permite tener más caprichos, pero, eso no garantiza la salud porque, en términos generales, no se percibe una estrecha relación entre comer bien y estar sanos. Estar sanos forma parte de la naturaleza intrínseca de las personas, y no se modifica con determinado tipo de comidas. Tanto los que andan económicamente mejor, como los que andan peor, han de enfrentarse a los mismos problemas, y la alimentación, mientras exista en cantidad suficiente, tiene poco que decir.

“ *Si fuera por eso, los que estamos más bajos por así decir, de economía andaríamos peor, y normalmente la enfermedad tampoco varía nada con la alimentación. La alimentación es buena también ¿no?, pero luego yo creo que ya para eso no hay mucha diferencia para una cosa que para otra.* ”

En la medida en que la variedad en la dieta nunca ha constituido un auténtico problema en la comunidad gitana, hoy en día tampoco se concibe como motivo de preocupación. Se conoce el mensaje de que “hay que comer de todo” y, en público se acepta su contenido, otra cosa es que existan obstáculos culturales, económicos... que contradigan la bondad de dicho mensaje. Por otro lado, la variedad comporta una serie de desventajas que no se encuentran en la rutina y en la comodidad que ofrecen ciertos alimentos. Especialmente hablando de lo que a las mujeres les gusta comer, o con lo que se sienten a gusto, se insiste en la idea de conformarse con tomar “café con bollos a cualquier hora”, cosa que produce aprobación general.



“ *Comería con un bollo, la merienda con un bollo y cenaría con un bollo (risas)* ”

- *Yo sí, con café y un bollo.*

- *Y nosotros también.* ”

Es cierto que existen expresiones de autocrítica que apuntan la idea del “*nosotros no comemos bien*”, pero habría que tomarlas con precaución porque, más que una intención de cambio, pueden representar una reafirmación de la condición esencial del gitano en el sentido de “*nosotros no comemos así*”. Las intenciones de cambio se dotan de cierto carácter individual y se realizan al margen de las constricciones que impone el grupo, por lo que habría que presentar las ventajas individuales que los cambios generan en cada sujeto, antes que esperar movimientos colectivos desde el “*nosotros*”.

“ *M: La alimentación, ¿os preocupa la alimentación?, ¿os parece importante?*

*- Sí, sí, porque la tiene, sí. La tiene la importancia, sí, lo que pasa es que no la ejercemos, porque teníamos que comer algo más de verdura, algo más de pescado... y eso entra poco en casa. Yo creo ¿eh?, yo en la mía entra muy poco. Y en la casa de los gitanos entra muy poco.*

*- No entra en la casa de los gitanos, ni en la del público.*

*- En mi casa que no entra el pescado.*

*- La verdura para mí porque soy yo la que la como, la verdura, la fruta entra para mí, porque no la quiere nadie. Y el pescado entra para mi marido, porque yo tampoco lo quiero. Así que yo creo que también depende de todo.* ”



Parece que, el no haber visto en casa y desde pequeños determinado tipo de alimentos dificulta su introducción en la dieta familiar. También la economía condiciona el consumo. Pero sólo condiciona para algunas cosas.

“ *Es que si vas a la pescadería te tiras toda la semana sin comer (risas). A ver, porque lo dejas todo en la pescadería. Es que no, no se puede comprar. Tampoco es porque no nos gusta ¿eh?. Porque si no haríamos un esfuerzo y en vez de lenguao comeríamos sardinas, pero es que no, que no nos gusta. No estamos hechos desde pequeños. Tampoco nos lo han inculcado cuando éramos pequeños. Pues ahora cualquiera come un pescado.*

*- Yo si traigo pescado pero no lo comen, lo como yo sola. Y algunas veces mi marido. Pero yo como no me lo ha enseñado mi madre, pues no lo pongo. Y las frutas y todo eso...*

*- Mi madre tampoco era de verduras.* ”

En realidad, la falta de costumbre no ha suscitado problemas a la hora de introducir nuevos productos en los hogares gitanos, tal es el caso de la comida rápida, pues parece que son numerosos los hogares que se han adaptado sin problemas a las formas “modernas” de comer. Con la excusa de los hijos, se ha conseguido una rápida habituación, y hoy son muchas las pizzas y hamburguesas que “comparten mesa y mantel” con las familias gitanas. Las ventajas son evidentes, *“no te tienes que meter en la cocina te lo ponen ahí y ya”*.

“ *Está riquísimo (risas)*

- *Yo cada vez que vamos nunca me pedía una hamburguesa.*

- *A mí sí me gusta.*

- *Yo si voy al burger es para la hamburguesa, lo que pasa que luego el resultado pues ya lo vas a ver (risas)(...)*

- *Yo si voy tampoco voy por mí, si voy es por las niñas, por llevar a las niñas y si voy también lo hago por mí.*

- *Hay que comer de todo, hasta comida basura. Hay que comer de todo.* ”

Los problemas añadidos son secundarios, la obesidad tampoco parece importante, la única cuestión que limita el consumo es la económica, los productos son caros y “tampoco pueden permitirse más”. El grupo reconforta las salidas al burger mencionando que “de vez en cuando no pasa nada”, que “también hay que comer comida-basura” y que “está bueno”. Dichas incursiones no son objeto de reprobación moral



o cultural, y suscitan la alegría colectiva, posiblemente porque se asocian a los placeres de la vida y representan un ejemplo de la “modernización” del grupo.

En este sentido, las visitas a establecimientos de comida rápida están perfectamente justificadas. Si en un principio se reconoce que el consumo se produce cada quince días, cuando el discurso se anima, todo parece poco para argumentar que con ello se disfruta, no se hace ningún mal y se da gusto a los demás.

“ *Y que te piden poco. Te piden una vez a la semana, los niños, tampoco te dicen ahí dos o tres veces a la semana. Te piden los domingos, para salir.*

- *Sí.*

- *Y por eso pues nos complace hacerle ese gusto.*

- *Ese capricho.*

”

El consumo de estos productos no exige ir al local, puesto que también se pueden comer en casa. Llamar al establecimiento y pedir pizzas o hamburguesas para la cena forma parte de la vida cotidiana de las familias con hijos. En ocasiones, se alude a la “falta de tiempo” como el principal motivo para no realizar un plato tradicional, sin embargo, en la mayor parte de los casos parece ser el beneplácito de los padres respecto a las decisiones de los hijos sobre la alimentación en casa.

“ *Sí también hago de cuchara, pero en verano mucha ensalada y de frito y cosas de esas y por la noche, pues eso, una pizza si pide mi hija o... cosas así.*

”

Las generaciones más mayores mantienen un discurso ligeramente diferente. Si las familias jóvenes se han sumado a la alegría de la comida rápida, las mayores se encuentran con el dilema de ver como sus hijos sólo quieren comer ese tipo de productos. Mientras tanto, ellos no terminan de disfrutarlos. En este sentido, se expresan sentimientos de culpabilidad al no poder hacerse con la situación.

En casa intentan imitar, sin éxito, los productos procedentes de dichos establecimientos, pero los jóvenes no quieren una copia y prefieren los “auténticos”, posiblemente porque lo de menos sea el producto en sí y lo de más lo que el producto significa. Está claro que el placer del consumo de estos productos no puede sustituirse por un producto casero.

“ *Luego otra cosa, que si tú quieres hacérselas en casa, con todo, la lechuga, el tomate.*

- *No es lo mismo.*

- *Ya no la quieren.*

- *Es que les gusta esa, la que comen en el MacDonal.*

- *Y la del Telepizza.*

”

“ - Tú compras una carne que es ternera, que no sabes lo que están metiendo en las pizzas o en las hamburguesas, y tú se la haces en casa, y sí la comen pero... ellos quieren más la... , yo no sé por qué, qué sabor le darán o qué cosa le harán, que prefieren las de..., las compradas. Porque yo las hago en casa pero bueno...

- Pero no están igual dicen que no están igual.

”

Las mujeres son las que llevan el control de la alimentación familiar, lo que confirma su relevancia como agentes de cambio. Esta responsabilidad genera muchas tensiones en lo que respecta a la alimentación de los hijos porque cada vez la perciben más fuera de su control y porque no parecen contar con el suficiente apoyo de la autoridad paterna.

“ Yo tengo más problemas con el niño, con 17 años, ese si viene, de donde venga, si viene a la una y media o las dos, como venga ya tengo que tener la comida hecha, porque si no, se pone por las nubes. Si mi marido no, mi marido no, ya te digo. Pero con el muchacho, ese ya...

*Moderadora:* Y para vuestros maridos, el tema este que hemos estado hablando, de cuidarse, de comer variado, y todas esas cosas. ¿Que pensáis?, ¿que les importa?

- A mi marido si le pones la comida... por así decirlo a él le gusta, a él le da igual, que se esté cuidando que no. (...) Él ahí no mira.

”

El papel del marido/padre no resulta importante en este asunto y su alimentación no les preocupa en exceso. Como también suele pasar en la comunidad mayoritaria, los varones se muestran menos predispuestos a cuidar su alimentación (bajar el consumo de grasas y sal, aumentar el consumo de frutas, verduras y pescado...) o a seguir los tratamientos médicos pero eso, a las mujeres, no les genera mucha preocupación. Por otro lado, los varones no ponen mucho interés en frenar los desmanes alimentarios de los hijos.

La alimentación de los niños, e incluso de los jóvenes, sí parece ser una constante fuente de disgustos y problemas. Son pocos los que reconocen que sus hijos comen variado y algunos, directamente, han sustituido la alimentación tradicional por golosinas y comida rápida. La sensación que reproducen sus madres es



que “la batalla está perdida con los hijos” porque si no les gusta la comida que hay, no comen, y comen otras cosas. Se alude al hecho de haber sido demasiado “consentidoras” cuando los niños eran pequeños y que ahora es difícil modificarlo. Este consentimiento viene desde los diferentes miembros del hogar, los padres, los abuelos... con lo que ahora el cambio resulta complicado.

“ Yo tengo cuatro, que dos de las pequeñas no comen nada, nada, nada, ni en el colegio, ni en casa, yo no sé de qué se pueden mantener (...) No comen, no comen nada y así muchas veces cuando me dicen de ir al burger que es cuando comen, pues yo me... voy a llevarlas es verdad.

- Nosotras en casa es que somos muy consentidoras, a veces, en algunas casas. Porque a lo mejor tenemos una pota de comida y a quien no le gusta, “Bueno, te hago de esto, te hago de lo otro”. Como siempre tenemos cosas y les haces a lo mejor un plato de croquetas, patatas fritas, pizzas, y lo que le gustan a ellos pues luego ya dicen, les pones un plato de comida y están esperando que le pongas lo otro.

El consumo de chucherías se considera comida y, por lo tanto, forma parte de la alimentación diaria. El dinero está para gastar y se dedica a los placeres de la vida, no parece tampoco ponerse freno a las exigencias de los niños, con lo que se generaliza la idea de que “mientras podamos permitirnoslo, vamos a disfrutarlo”. Incluso los adultos participan del consumo de estos productos.

“ Moderadora: ¿Y lo del quiosco? ¿os parece mal? ¿os parece bien? ¿Es normal, los niños comen...

- Mientras se tenga...

- Algo tendrán que hacer las niñas.

- Mientras se tenga se les da algo para gastar, cuando no tengas pues no le das.

- Pues si mi niña me pide 50 céntimos para gastar o un euro. Si lo tengo se lo doy, no la voy a dejar llorando, ¿verdad?

- Yo me voy sola a gastar, y me lo gasto yo (risas). Todos los días o casi todos los días. Me voy y lo gasto yo. Pero soy muy golosa y todos los días me..., unas gominolas si tengo un euro y me lo como con la nieta, que soy más golosa yo que la nieta (risas).

El quiosco forma parte del “ocio” de ahí que las medidas de cambio de hábitos deban ir acompañadas de propuestas alternativas “de ocio” que sustituyan la actividad de consumo de golosinas por otra cosa.

No habría una idea muy clara de lo que los niños deberían comer o no. No existe tampoco un orden de prioridades que coloque lo que está mejor y lo que está peor, todo puede ser igualmente válido y las incursiones al quiosco parecen una manera sencilla de acabar con el problema de la alimentación en los niños.

“ *Moderadora: ¿Y las meriendas y todas esas cosas?*

*- Las meriendas bien. Las meriendas les gustan, pues como dicen éstas, las mandas al quiosco, se compran una caña o un pastelito o un bocadillo de nocilla o algo. La merienda bien, ellas lo hacen rápido, pero lo malo es la comida. Porque a mí me gusta hacer solamente una comida.*

En el momento en que a alguien no le guste algo de lo hecho se sustituye la comida tradicional por comida rápida “no me gusta” anda vete a por una pizza y dame eso”. No hay referentes de autoridad familiar y el único límite es el dinero. No existe ningún otro problema, ni de salud, ni de pérdida de tradiciones...

“ *La madre que le pueda dar ese capricho pues bueno, pues se lo puede mantener, pero la mayoría no nos podemos mantener a hacer lo que ellos quieran. Por ejemplo con el burger es una vez a la semana si lo podemos permitir, pero todos los días tampoco.*

Los referentes tradicionales de la comida gitana, el puchero, el cocido, tienen dificultades para mantenerse entre las generaciones más jóvenes que han interiorizado rápidamente las nuevas formas de alimentación. Aquí no pesan elementos negativos, el coste económico de estos productos sirve para poner límite al consumo, pero, mientras se tenga dinero, no constituye un verdadero problema y no existen grandes prejuicios de otro tipo, las grasas, la poca variedad de gustos, la estética del consumo... Por otro lado, y frente a los establecimientos tradicionales, representan ventajas específicas: están pensados para un consumo en familia, son suficientemente impersonales como para no discriminar a ciertos grupos sociales y se adecuan a las exigencias de la modernidad.