

UNHA "RECEITA"
PARA A
DIVERSIDADE CULTURAL:
COMO EDUCAR A TRAVÉS DA
ANTROPOLOGÍA DA ALIMENTACIÓN



QUEN FAI ESTA GUÍA?

Contidos:

Beatriz Comendador Rey
Francisco Javier Aguiar
Adela Vázquez Veiga
Lucía Rodríguez Álvarez

Edición:

Beatriz Comendador Rey

Ilustracións e imaxes:

Adela Vázquez Veiga

Corrección lingüística:

Lucía Rodríguez Álvarez

Coordinación:

Grupo de Innovación Docente
en EduAcción Patrimonial (GIDEP)

Impresión:

Deimpresión

ISBN 978-84-09-67461-9

Editado mediante unha axuda económica para
divulgación das actividades dos grupos de
innovación docente da Universidade de Vigo na
súa convocatoria 2023



Grupo de Innovación Docente
en Educación Patrimonial

Universidade de Vigo



Recoñecemento-NonComercial 4.0 Internacional

Nesta guía...

Presentamos unha proposta educativa arredor da "cociña", na que a antropoloxía da alimentación xoga un papel fundamental como base para desenvolver unha actividade didáctica centrada na diversidade cultural e o coñecemento de outras culturas. A actividade, de carácter colaborativo, selecciona "receitas" de diversas culturas e abórdaas a partir da proposta de Goody (1995), empregando a cadea técnica operativa como ferramenta analítica. Así, explórase o sistema culinario como un concepto amplo que inclúe os alimentos, os pratos, as persoas e as relacións que se establecen entre eles, así como as normas que gobernan a elección, preparación e consumo dos alimentos.

A cultura material e inmaterial, pero materializada, arredor da cociña tradicional, achega todos os ingredientes necesarios para comprender aspectos esenciais para traballar a temática da diversidade cultural. Deste xeito, contrarresta tendencias individualistas e etnocéntricas, ademais de promover o empoderamento na soberanía alimentaria. Isto implica unha memoria situada desde a cal posicionarse politicamente e emprender outros modos de (auto)xestión da alimentación, conectando a comida co barrio, a rúa, os mercados, as cociñas e o mundo social (Monsonís, 2021).

Ao centrarse no sistema culinario como un concepto amplo que inclúe elementos como os alimentos, pratos e as persoas, así como as relacións e interaccións que se establecen entre eles, abórdanse as complexidades e riquezas da cultura alimentaria. A análise das normas que gobernan a elección, preparación e consumo de alimentos proporciona unha comprensión máis profunda das tradicións culinarias e dos significados culturais asociados a elas.

Índice



01 Introducción

02 Que é a Antropoloxía da Alimentación?

03 Como analizar unha receita?

04 Como facer un relatograma e un memograma?

05 Que é a Soberanía Alimentaria?

06 Receitas suxeridas

07 Kit de recursos



01 Introducción

Desde o [GID en EduAción Patrimonial](#), queremos compartir unha proposta centrada na antropoloxía da alimentación como ferramenta para a didáctica da diversidade cultural. Estes contidos forman parte do currículo de materias vinculadas ás titulacións de Licenciatura e Grao en Xeografía e Historia, que se veñen impartindo na Facultade de Historia do Campus de Ourense da Universidade de Vigo.

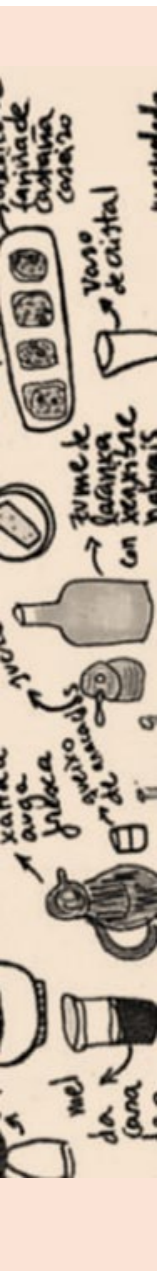
Esta temática integrouse no currículo das titulacións de Xeografía e Historia da Universidade de Vigo a través de experiencias como "Arqueólogos á Mesa: ensaios sobre antropoloxía alimentaria e arqueoloxía" (2005-2008), que promovía o estudo da alimentación mediante traballos individuais sobre receitas do mundo.

No contexto da actual titulación de [Grao en Xeografía e Historia](#), e partindo de propostas anteriores estruturadas en traballos de carácter colaborativo, propúxose a realización dun proxecto piloto de innovación docente baseado na temática da alimentación, para traballar os contidos da materia de [Historia-Introdución á Etnoloxía](#), pero buscando tamén a transversalidade a través da colaboración co profesorado doutras titulacións, como [Traballo Social](#) ou [Ciencia e Tecnoloxía dos Alimentos](#).

En 2023, esta proposta foi presentada no [Congreso de Socialización do Patrimonio no Medio Rural \(SOPA\)](#), nunha edición centrada na cociña tradicional iberoamericana celebrada en México, o que permitiu enriquecer a proposta.

Ademais, este enfoque sinérxico coas liñas de investigación do [Campus Auga](#), especialmente en aspectos relacionados coa alimentación funcional e a sustentabilidade ambiental, permite afondar na conexión coa economía circular e a lexislación agroalimentaria e ambiental.

Agardamos que vos guste!



02 Que é a Antropoloxía da Alimentación?

A antropoloxía da alimentación é un campo de estudo que se centra en comprender as prácticas alimentarias e a relación entre a comida e a cultura. A antropoloxía abordou este tema ao longo da historia da disciplina. Algunhas das figuras máis destacadas no campo da antropoloxía da alimentación inclúen:



Marvin Harris

Marvin Harris, quen analiza as eleccións alimentarias e as restricións culturais desde unha perspectiva materialista, explorando como os factores económicos e ecolóxicos inflúen nas prácticas alimentarias.



Margaret Mead

Margaret Mead, pioneira na antropoloxía cultural, realizou investigacións sobre as prácticas alimentarias e a súa relación coa cultura en sociedades das illas do Pacífico, entre outras. Os seus estudos influíron na comprensión de como a comida e a alimentación están ligadas á identidade cultural.



Mary Douglas

Mary Douglas, coñecida polo seu traballo en antropoloxía simbólica, no seu libro *Purity and Danger* explorou como as crenzas culturais e as estruturas simbólicas inflúen nas actitudes cara a comida e as normas alimentarias.



Claude Lévi Strauss

Claude Lévi-Strauss, antropólogo estruturalista que abordou a alimentación nos seus estudos, nos que analizou como as estruturas cognitivas e as oposicións binarias se reflicten na clasificación de alimentos e nas regras culinarias en diferentes culturas.



Jack Goody

Jack Goody, antropólogo británico que escribiu a obra *Cooking, Cuisine and Class: A Study in Comparative Sociology*, unha análise profunda da relación entre a comida, a cociña e a estratificación social en diferentes culturas. Examina como as prácticas culinarias están influenciadas por factores culturais, económicos e sociais e como, á súa vez, estas reflicten e manteñen estruturas de clase en diferentes sociedades. O libro destaca como a comida e a cociña non só son cuestións de gustos e preferencias persoais, senón que tamén están ligadas á estrutura social e económica dunha sociedade.

Partindo destas referencias, baseámonos particularmente no traballo de Goody (1995) para enfocalo desde unha perspectiva intercultural fronte ao enfoque multicultural, tratando de esclarecer as súas diferenzas como punto de partida.

O multiculturalismo, desde a perspectiva liberal de Kymlicka (1996), refírese á pluralidade de culturas que conviven nun mesmo territorio, aínda que non se relacionen ou comuniquen entre si, sendo unha cultura normalmente dominante sobre as outras.

03 Como analizar una receita?

- **En que consiste o traballo de análise dunha receita?**

O traballo consiste en analizar unha receita de cociña asociada a un grupo humano (ou varios) representativo dun ecotipo. Este ecotipo refírese a unha poboación humana que desenvolveu adaptacións específicas ao seu entorno ambiental. O obxectivo é estudar os aspectos culturais, sociais e históricos vinculados á receita.

- **Como organizar os equipos de traballo?**

- Os equipos estarán formados por un mínimo de 4 e un máximo de 5 persoas.
- Suporá 6 horas de traballo na aula e 30 horas de traballo autónomo por cada estudante.
- A avaliación realizarase a nivel de equipo, non de forma individual.

- **Cal é a tarefa principal do equipo?**

1  Buscar documentación
receita + contexto

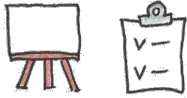
2  Observar activamente
receita + grupos humanos

3  Elaborar material
individualmente

7  Entregar presentación
e dossier

4  Reunir expertos

5  Elaborar material
conxuntamente

6  Presentar e avaliar
traballos

Que entregables son necesarios?

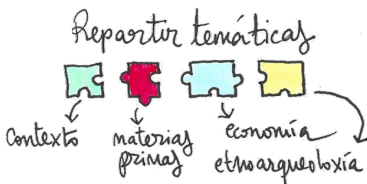
- Unha presentación de ata 15 diapositivas.
- A presentación oral na aula.
- Un *dosier* coas referencias consultadas (bibliografía, webs, etc.) e calquera outro material relevante.

Como dividir as tarefas temáticas dentro do equipo?

As temáticas divídense para traballar en formato de “quebracabezas”:

1. **Contextualización xeográfica e histórica.**
2. **Obtención das materias primas.**
3. **Proceso de elaboración.**
4. **Comensalidade**, incluíndo aspectos sociais, simbólicos e ideolóxicos.
5. **Análise etnoarqueolóxica.**

Nota: Nos equipos de 4 persoas, as tarefas 4 e 5 poden ser desenvolvidas por unha mesma persoa.



Que roles hai no equipo?

Para unha mellor organización, cada equipo contará con roles específicos:

1. **Secretariado:** Encárgase do rexistro e a organización da información.
2. **Habilidades informáticas:** Responsable de preparar a presentación dixital.
3. **Control de redacción:** Asegura que os textos estean ben redactados e claros.
4. **Control de imaxes e mapas:** Selecciona e organiza os materiais visuais.
5. **Control de bibliografía e referencias:** Comproba a precisión das fontes e citas.

Que competencias se traballan neste proxecto?

O estudiantado desenvolverá competencias como:

- Reunir e interpretar datos relevantes para emitir xuízos críticos.
- Rexistrar, analizar e interpretar información histórica e xeográfica.
- Ler textos historiográficos e documentos orixinais, e organizar a información.
- Xestionar a información e o coñecemento.
- Traballar en equipo e transmitir ideas a diferentes públicos.
- Comprender outras culturas e fomentar a conciencia crítica sobre a diversidade.

Que obxectivos se alcanzan ao finalizar o proxecto?

Ao rematar, o alumnado será capaz de:

- Explicar as características dunha receita no contexto dun grupo humano, empregando a terminoloxía correcta.
- Contextualizar xeográfica e historicamente a receita.
- Relacionar a receita co modo de subsistencia e a tecnoloxía do grupo humano.
- Describir o proceso de elaboración da receita.
- Analizar a comensalidade desde un punto de vista económico, social e simbólico.
- Realizar unha valoración etnoarqueolóxica dos materiais empregados.
- Comunicar estes aspectos de maneira clara e sintética, tanto por escrito como oralmente.

Como realizar a avaliación?

A avaliación terá lugar nun seminario onde cada equipo presentará o seu traballo.

- A presentación será realizada por un membro elixido ao azar.
- A cualificación será igual para todas as persoas do grupo.
- A avaliación dividírase en dúas partes:
- 60% polo profesorado e 40% polos compañeiros/as, que cubrirán unha rúbrica de avaliación

Menú de tarefas temáticas



Contexto xeográfico e histórico

A persoa encargada centrarase nos aspectos relacionados co contexto xeográfico (localización, aspectos da paisaxe, do clima, etc.) e histórico.

- A información gráfica e cartográfica será esencial, polo que se solicitará incluír imaxes, mapas ou gráficos que complementen a análise

Preguntas a responder:

- Está relacionado con algún grupo humano en concreto? Identificar se a receita pertence a unha cultura ou comunidade específica, e como as súas características se reflicten na preparación da mesma.
- Hai información sobre a orixe da receita ou outros aspectos do grupo humano que a elabora?

+ TAREFA ESPECÍFICA: Utilizar Google Earth para buscar a localización da receita. Envía o arquivo KMZ.



Captación de ingredientes

A persoa encargada centrarase nos aspectos relacionados coa captación de ingredientes relacionados coa receita (materias primas).

Preguntas a responder:

- Que tipo de economía ten o grupo humano que cociña a receita? Produtora? Non produtora?
- Algún dos ingredientes implica unha cadea de elaboración previa? (por exemplo, a fariña) No caso de existir, describe o proceso.
- Os ingredientes proceden da propia contorna (son endóxenos) ou de fóra (alóxenos)? De proceder de fóra, especificar a procedencia e o proceso de circulación.
- Que elementos da “cultura material” empréganse na captación, circulación e elaboración dos ingredientes? (por exemplo, no caso da fariña, ferramentas agrícolas, barcos e muíños).

+ TAREFA ESPECÍFICA: Facer un debuxo esquemático de cada ingrediente para a súa presentación e procesos asociados



Elaboración da receita

A persoa encargada centrarase nos aspectos relacionados coa elaboración da receita (procesos).

Preguntas a responder:

- Cales son os diferentes pasos do proceso de preparación?
- Que tipo de proceso culinario desenvólvese (asar, cocer, apodrentar..)
- Quen “cociña” e como? (Pódense engadir aspectos da organización social do grupo. Por exemplo, preparan un asado só os homes en determinados contextos)
- Hai algunha prohibición ou tabú relacionado coa elaboración desta receita?
- Que elementos da “cultura material” empréganse na preparación da receita (por exemplo, coitelos, cerámica, fornos, etc).

+ **TAREFA ESPECÍFICA:** Facer un relatograma dos diferentes pasos do proceso (poden incluírse debuxos).



Comensalidade

A persoa encargada centrarase nos aspectos relacionados co consumo da receita (comensalidade).

Preguntas a responder:

- Cando se consume a receita?
- É unha receita de diario vinculada ao doméstico (endo-cociña), ou marca festividades concretas (exo-cociña)?
- Quen e como se consume? (Pódense engadir aspectos da organización social do grupo. Por exemplo, consumen só as mulleres en determinados contextos, adoptan algunha posición específica...)
- Hai algunha prohibición ou tabú relacionado co consumo desta receita?
- Que elementos da “cultura material” empréganse no consumo da receita (por exemplo, coitelos, cerámica, fornos, etc.).

+ **TAREFA ESPECÍFICA:** Facer un memograma dos elementos empregados no consumo da receita.



Elaboración da receita

A persoa encargada centrarase nos aspectos relacionados etnoarqueolóxicos da receita.

Preguntas a responder:

- Dende o punto de vista da arqueoloxía, que elementos da “cultura material” poderían falar da elaboración e consumo desta receita nun contexto arqueolóxico:
- Dende o punto de vista dos ingredientes implicados (que evidencias?)
- Dende o punto de vista da preparación da receita (que evidencias?)
- Dende o punto de vista do consumo da receita (que evidencias?)
- **+ TAREFA ESPECÍFICA:** Imaxinar un escenario arqueolóxico con evidencias da preparación/consumo desta receita.



Valoración: A nosa receita e a Soberanía Alimentaria

Esta tarefa é realizada por todo o equipo conxuntamente. Consiste nunha valoración conxunta sobre o concepto de soberanía alimentaria en relación coa receita que estades a estudar.

- **Descrición:** Presentar brevemente o tema da soberanía alimentaria e a súa relación coa receita.

Expectativas:

- Definir a soberanía alimentaria.
- Explicar a relevancia do tema na actualidade.
- Presentar a relación coa receita que se presenta

Sobremesa

- ✓ O grupo deberá achegar un dosier que inclúa as referencias bibliográficas empregadas, así como páxinas web, películas, entrevistas ou calquera outro tipo de fontes consultadas.
- ✓ Na presentación, o grupo poderá ofrecer unha degustación da receita, se así o considera oportuno.
- ✓ Existe tamén a posibilidade de incorporar ao equipo padriños ou madriñas coñecedores da receita, como fonte de información.

04 Como facer un relatograma e un memograma?

O **relatograma** é unha narración gráfica que utiliza debuxos e palabras para documentar un proceso en directo. Neste caso, propoñemos usalo para documentar tanto unha receita como o proceso de comensalidade. Aquí están os pasos a seguir para crear un relatograma dunha receita:



Que é un relatograma?

Un relatograma é unha forma de relatar gráficamente un acontecemento ou proceso, mesturando palabras e imaxes. A técnica permite captar a esencia dunha situación en tempo real, sendo “algo máis e algo menos que unha foto, un retrato ou unha crónica” (Boserman, 2019, p.5) que alude a un xeito particular de debuxar e rexistrar en directo situacións e cousas que pasan e que nos pasan na vida social. O concepto foi acuñado pola artista e investigadora Carla Boserman, quen leva máis dunha década debuxando en procesos e proxectos que comparten unha dimensión colectiva ou comunitaria, onde a mestura do texto e da imaxe fúsiónanse a través da escoita atenta de quen relata.

Que materiais necesito para facer un relatograma dunha receita?

Para crear un relatograma necesitas:

1. Follas brancas ou cartolina de gramaxe medio.
2. Un rotulador negro de punta fina ou media (0.4–0.8mm).
3. Rotuladores de cores para dar vida aos debuxos.

Como elixir o lugar e preparar o rexistro?

Neste caso, o rexistro será virtual. Investiga sobre o lugar e elixe a receita que queres rexistrar gráficamente. Busca algún vídeo onde algunha persoa ou comunidade cociña esa receita a través dun formato audiovisual. Prepárate para escoitar atentamente e rexistrar cada detalle.

Que debuxar e que escribir durante a receita?

1. Comeza poñendo un título á receita.
2. Debuxa á persoa que vai cociñar e escribe o seu nome.
3. Rexistra os ingredientes e as cantidades, usando debuxos e palabras.
4. Durante a cociña, debuxa os utensilios, obxectos e comentarios relevantes.
5. Engade cor aos debuxos e dixitaliza a receita cun escáner (mínimo 300 dpi) para compartila ou imprimila como agasallo.

Que é un memograma?

Un **memograma** é unha forma de facer relatograma coa consciencia de facer unha memoria e coa intención de que sexa lembrada. O memograma incorpora técnicas de memoria ou mnemotecnias como o Palacio dos Recordos ou Método Loci, que consiste en asignar conceptos que se queren memorizar a obxectos físicos e lugares, creando un mapa espacial que pode, ou non, seguir unha orde establecida. O rexistro gráfico dos obxectos acompáñase de palabras e frases escritas que dan conta do que se escoita no momento do rexistro. As mnemotecnias aproveitan a capacidade natural do cerebro para lembrar imaxes e prestarlle atención ao que acontece nese momento concreto. Deste xeito, o memograma pode axudarnos a lembrar algo, asociando os obxectos representados gráficamente con palabras que describen o que acontece.



Como facer un memograma da comensalidade?

Os pasos son semellantes aos do relatograma dunha receita, pero centrados no acto de compartir a comida en comunidade.

Que debo rexistrar cando fago un memograma?

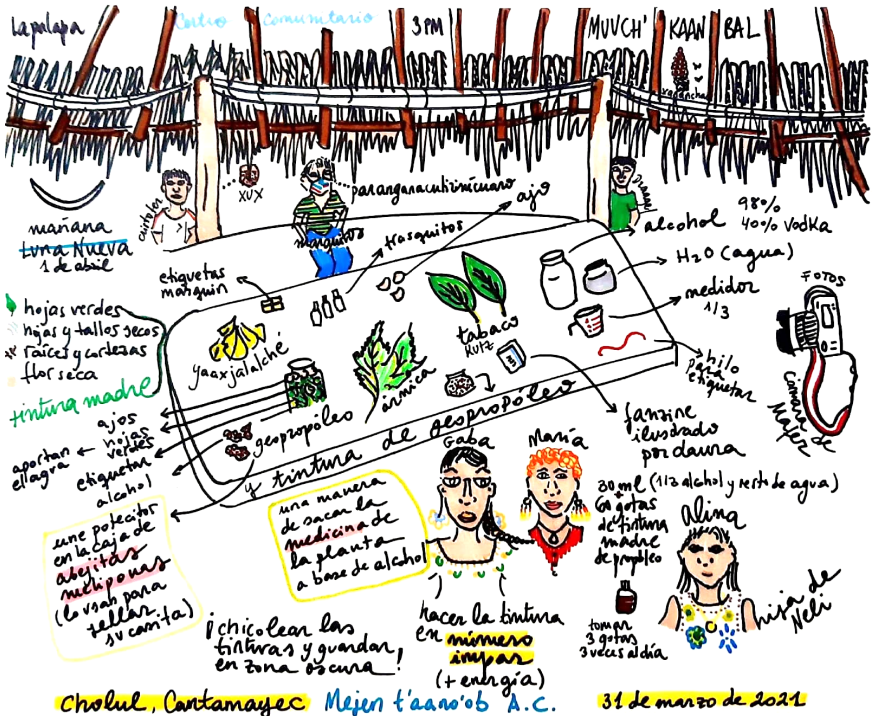
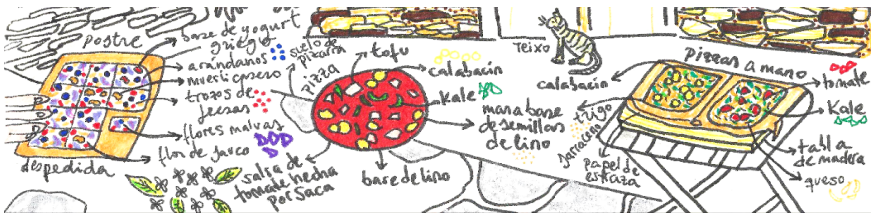
1. Segue os primeiros pasos do relatograma: escolle os materiais, un lugar cómodo e prepárate para rexistrar.
2. Rexistra o proceso dende o inicio: prepara a mesa, os obxectos que se usan e as persoas que participan.
3. Observa e debuxa as interacción que se dan arredor da mesa: que alimentos se comparten, quen serve, que rituais se seguen, que se conversa, etc.

De que outras maneiras pode apoiar o rexistro do memograma?

Ademais de debuxar, tamén podes sacar fotografías ou gravar audios das conversacións para utilizalos no proceso de posproducción, reforzando a memoria e facendo máis rico o rexistro.

Exemplo prático

Imaxina que estás na mesa cun grupo de amigos. Alguén comparte como fai o seu prato de cocido familiar. Durante a conversa, usas un sistema de memoria para asociar os ingredientes do cocido coas historias da avó de alguén que está na mesa. Despois, cando teñas tempo, revisas o que anotaches e usas as fotos e audios que tomaches para mellorar a documentación do momento. Este proceso permite que non só gardes unha receita ou unha experiencia gastronómica, senón que tamén rexistres as historias e emocións que se comparten ao redor da mesa.



05 Que é a Soberanía Alimentaria?

A partir da receita, neste apartado propoñémonos reflexionar sobre o modelo económico alimentario actual, e máis en concreto sobre a soberanía alimentaria e a nosa responsabilidade na produción e consumo responsable e sostible de alimentos:



Pretendemos acadar....

1. Capacidade crítica para analizar os elementos claves do concepto e ao deseño de estratexias para a construción de soberanía Alimentaria.
2. Comprensión dos efectos das políticas neoliberais e agroindustriais globais nos sistemas alimentarios e dos procesos socioeconómicos e sociopolíticos que acompañan aos sistemas produtivos e de consumo sustentábel que se desenvolven encol da soberanía alimentaria
3. Recoñecemento dos modelos de cambio social agroecolóxico que promovan o diálogo inter-cultural entre distintos estilos agroalimentarios e culturas políticas, sexan tradicións comunitarias, indíxenas ou innovacións que nacen de propostas críticas dos movementos sociais ou fórmulas de economías alternativas e solidaria.

Que é a soberanía alimentaria?

É o dereito dos pobos para definir e controlar os seus sistemas alimentarios e de produción de alimentos, tanto a nivel local como nacional, de forma equitativa, soberana e respectuosa co medio ambiente. A soberanía alimentaria é tamén o dereito dos pobos ao acceso a alimentos suficientes, nutritivos, saudables, producidos de forma ecolóxica e culturalmente adaptados. Quenes producen e consomen os alimentos deben estar no centro das políticas, e as economías locais e nacionais deben ser prioritarias. En contextos urbanos, isto significa a posibilidade de acceder a alimentos producidos local e rexionalmente a través de canles curtas de comercialización, construíndo pontes entre a xnte, os seus alimentos e as persoas que os producen.

De onde procede o concepto?

O concepto de soberanía alimentaria foi desenvolto por Vía Campesina e levado ao debate público con ocasión do Cumio Mundial da Alimentación en 1996, ofrecendo unha alternativa ás políticas neoliberais e as súas consecuencias.

Sabías que 4 empresas controlan o 60% do mercado mundial de sementes?

De que xeito as políticas neoliberais destrúen a soberanía alimentaria?

As crises alimentarias, financeira e climática ás que nos enfrontamos están provocadas polo modelo actual que, no contexto da alimentación e a agricultura, ten un carácter intensivo, a gran escala, liderado por multinacionais e altamente dependente de insumos químicos.

As políticas neoliberais priorizan o comercio internacional, e non a alimentación dos pobos. Non teñen contribuído en absoluto na erradicación da fame no mundo. Pola contra, incrementaron a dependencia dos pobos das importacións agrícolas, e reforzaron a industrialización da agricultura, pondo en perigo así o patrimonio xenético, cultural e ambiental da planeta, así como a nosa saúde. Empuxaron a millóns de campesiños(as) a abandonar as súas prácticas agrícolas tradicionais, ao éxodo rural ou á emigración. Institucións internacionais como o FMI (Fondo Monetario Internacional), o Banco Mundial e a OMC (Organización Mundial do Comercio) aplicaron estas políticas ditadas polos intereses das empresas transnacionais e das grandes potencias.

No mundo enteiro a praga das importacións a baixos prezos (coñecido como o *dumping*) destrúe a produción alimentaria e a economía agrícola local.

Os impactos deste sistema agroindustrial global son sumamente transcendentais, tanto a nivel económico, social e cultural como ambiental: concentración en poucas mans de bens para a subsistencia (acaparamento de terras, privatización da auga, apropiación e mercantilización da biodiversidade, privatización de recursos xenéticos...); uniformización do sistema de produción de alimentos cun enfoque na máxima rendabilidade e produtividade dos cultivos mediante o uso indiscriminado da tecnoloxía (sementes híbridas de alto rendemento, agroquímicos, mecanización a grande escala, irrigación artificial e abundante, avance da fronteira agrícola e a deforestación, maior consumo enerxético e de recursos, contaminación ambiental, etc...), liberalización dos mercados e dependencia centro-periferia (longas cadeas de distribución, homoxenización da dieta, enfermidades asociadas á alimentación, conflitos, migracións, pobreza e fame, etc...).

Cales son as principais características da soberanía alimentaria?

- Priorizar a produción agrícola local para alimentar á poboación, así como o acceso dos/as campesiños/as e dos sen terra á terra, á auga, ás sementes e ao crédito.
- O dereito do campesiñado para producir alimentos e o dereito dos consumidores para poder decidir o que queren consumir, así como e quen llo produce.
- O dereito dos países para protexerse das importacións agrícolas e alimentarias demasiado baratas.
- A participación dos pobos na definición de política agraria e o recoñecemento dos dereitos das campesiñas que desempeñan un papel esencial na produción agrícola e na alimentación.

LEMBRA

Transformar o sector agrario é clave para atallar moitos dos problemas das nosas sociedades: desde o cambio climático, a fame, a falta de emprego ou a concentración de gran parte da poboación nas cidades, co consecuente abandono do mundo rural. Para alcanzar esta transformación é necesario apostar pola soberanía alimentaria, por un sistema local, ecolóxico, de gran biodiversidade e a pequena escala, que vele pola terra, as persoas e as comunidades, no canto de buscar beneficios a curto prazo como sucede na actualidade

Alguns termos relacionados con soberanía alimentaria



É definida como a ciencia, o movemento ou a práctica da aplicación dos procesos ecolóxicos nos sistemas de produción agrícola. Comprende o estudo dos agroecosistemas, incluíndo os seus compoñentes socioculturais, económicos, técnicos e ecolóxicos. Ten como principio fundamental a agrobiodiversidade, integra e sistematiza os coñecementos e prácticas tradicionais e apunta a unha agricultura ambientalmente sostible e socialmente xusta.



Refírese á dispoñibilidade, acceso e aproveitamento suficiente e estable de alimentos. Hai seguridade alimentaria cando todas as persoas teñen en todo momento acceso físico e económico a suficientes alimentos inocuos e nutritivos para satisfacer as súas necesidades alimenticias. É unha parte integral do dereito á alimentación e dos Obxectivos de Desenvolvemento Sostible, en particular do obxectivo Fame Cero. A seguridade alimentaria refírese a garantir o abastecemento de alimentos, mentres que a soberanía alimentaria enténdese como a facultade de cada pobo a definir as súas propias políticas agrarias e alimentarias



Redes de produción e distribución de alimentos que se diferencian dos esquemas dominantes en que utilizan circuitos curtos de comercialización, limitando a un ou cero o número de intermediarios entre o agricultor e o consumidor. Constitúen unha reacción á industrialización e a produtividade dos sistemas agroalimentarios globalizados e están baseadas en relacións que adoitan estar asociadas con localizacións xeográficas específicas e marcos éticos que teñen en conta os tres piares da sustentabilidade: ambiental, económico e social.



É unha forma alternativa de relación entre as partes implicadas no comercio orientada ao desenvolvemento sustentable e sostible da oferta. Xurdiu en Europa para introducir xustiza e solidariedade nos intercambios comerciais entre países do Norte e do Sur, e supuxo para os produtores do Sur e as súas comunidades, unha oportunidade de obter unha mellor calidade na produción, mellores prezos, condicións de traballo e calidade de vida. Non se pode reducir a unha simple estratexia de comercialización, xa que pode significar tamén o motor para unha produción local sustentable, empregos decentes ou relacións de equidade entre os xéneros.



Trátase dun consumo consciente e ético constituído por un conxunto de respostas alternativas ás consecuencias sociais e ecolóxicas da sociedade do sobreconsumo. Supón unha distribución e/ou consumo, que implica un enfoque económico alternativo de colaboración entre produtores e consumidores. Prioriza o comercio xusto, circuitos curtos e económicos solidarios, agricultura ecolóxica ou comunitaria, cooperativas de consumo... Todos representan sistemas alternativos de produción que pretenden repartir entre estes actores os riscos e vantaxes vinculados á produción saudable, ética, colaborativa e respectuosa co patrimonio natural e cultural. Ten en conta as condicións sociais de produción e as súas modalidades.



É o conxunto de iniciativas socioeconómicas, formais ou informais, individuais ou colectivas, que priman a satisfacción das necesidades das persoas fronte ao lucro. Caracterízanse por ser independentes respecto dos poderes públicos, actuar guiados por valores como a equidade, a solidariedade, a sustentabilidade, a participación, a inclusión e o compromiso coa comunidade, ademais de ser promotores do cambio social. Trata de recuperar a función orixinaria da economía poñéndoa ao servizo das persoas, das comunidades e dos territorios para xestionar os recursos equitativamente e explotalos de xeito sostible. O cooperativismo é unha das súas formas organizativas máis frecuentes.

06 Receitas suxeridas



Europa

- CAVACAS (Aveiro, Portugal)
- GARVM (Receta histórica)
- HALLUMI (Chipre)
- CASU MARZU (Cerdeña, Italia)
- GOULASH (Hungría)
- BLODPALT (Escandinavia)

Asia

- CHALLAH (Israel)
- MATZÁ (Israel)
- BOSHINTANG (Corea)
- TSAMPA (Tíbet)
- CHÄ OU TÉ (Japón)
- SUSHI (Japón)
- PEZ FUGU (Japón)

América del Sur y Central

- CEVICHE (Perú)
- KATARE con CAZABE (Amazonía)
- RAPÉ (Cuenca del Amazonas)
- SANCOCHO (Caribe)

América del Norte

- TAMAL (México)
- POZOLE (México)
- PEMMICAN (América del Norte)
- OOGRIK (Alaska)

África

- COUSCOUS (Marruecos)
- HARIRA (Marruecos)
- TIÉBOUDIENNE (Senegal)
- TAJÍN CON DÁTILES (Sahara)

Oceanía

- KAVA (Pacífico Sur)



07 Kit de recursos

BIBLIOGRAFÍA

- BOSERMAN, C. (2019). *La aventura de aprender: cómo hacer un relatograma*. La Aventura de Aprender. Sección Guías. Gobierno de España.
- CARRASCO I PONS, S. (1992). *Antropología y alimentación: Una propuesta para el estudio de la cultura alimentaria*. Bellaterra: Universitat Autònoma de Barcelona.
- GOODY, C. (1995). *Cocina, cuisine y clase*. Barcelona: Gedisa.
- HARRIS, M. (1990). *Bueno para comer: enigmas de alimentación y cultura*. Madrid: Alianza Editorial.
- HERNÁNDEZ GARRE, J. M., & DE MAYA SÁNCHEZ, B. (2022). *Antropología de la alimentación. Gastronomía, sociedad y cultura*. Murcia: Universidad de Murcia.
<https://doi.org/10.6018/editum.2953>
- KYMLICKA, W. (1996). *Ciudadanía multicultural. Una teoría liberal de los derechos de las minorías*. Barcelona: Paidós.
- KUPER, J. (2001 [1984]). *La cocina de los antropólogos*. Barcelona: Tusquets Editores.
- MARIÑO FERRO, X. (2004). *Antropoloxía da alimentación. Alimentos elexidos, alimentos prohibidos*. Santiago de Compostela: Unidixital.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA. (1998). *¡A comer!: Alimentación y cultura*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura.
- MONSONÍS, M., & BOSERMAN, C. (2021). *La cocina situada. Un diccionario ilustrado para la soberanía alimentaria*. Barcelona: Gustavo Gili.
- STRAUSS, L. (1968) [1964]. *Les mythologiques 1: Le cru et le cuit* (Lo crudo y lo cocido). Plon.
- STRAUSS, L. (1967). *Les mythologiques 2: Du miel aux cendres* (De la miel a las cenizas). Plon.
- STRAUSS, L. (1968). *Les mythologiques 3: L'origine des manières de table* (El origen de las maneras en la mesa). Plon.

LECTURAS

- Alimentar. En, SÁNCHEZ ROMERO, M. (2022). *Prehistoria de mujeres*. Colección Imago Mundi, 337. Barcelona: Ediciones Destino, 195-215.
- ARNAIZ, M. G., MENASCHE, R. (2024). Historias de comida, historias de mujeres: cuestiones de antropología de la alimentación y género. *Anuário Antropológico*, 49(2).

Na páxina web do GIDEP poderás descargar esta guía en versión dixital, así como recursos e material complementario para esta actividade (bibliografía, rúbricas, etc..). Tamén poderás facer una enquisa sobre a súa utilidade, ou deixarnos suxerencias. Escanea o código QR.

