¿Comida, mujer y psicología?

Carlos Eduardo Monroy Galindo

Al iniciar este artículo existía en mí la seguridad —y convicción— de que era un tema de fácil acceso, e incluso que sobre el mismo se había escrito bastante, después de todo uno de los espacios de dominio —poder— cotidiano de la mujer es la cocina, ella al ser la reina de la casa pareciera, al menos en nuestra cultura, que su trono se encuentra precisamente ahí. Rápidamente me asaltaron los recuerdos, mi madre, mis hermanas y muchas de las mujeres conocidas se encuentran en mis imágenes del pasado en la "cocina", "disfrutando de su quehacer".

Lo que aprendí de niño es que los hombres y las mujeres tienen papeles (roles) que los distinguen a partir de una serie de atributos, actitudes y conductas que constituyen modos específicos de comportamiento "masculinos" y "femeninos". Estos roles no son diferentes, sino opuestos. Así, el amplio repertorio de características femeninas incluyen la pasividad, el hogar como hábitat natural, emotividad, dependencia, vulnerabilidad física y psicológica, etcétera. En contraposición, lo masculino se caracteriza por dominio, confianza en sí mismo, capacidad para tomar decisiones, agresividad, fortaleza, perseguir y alcanzar el éxito, y otros "milagritos" más. La dicotomía instinto/razón, subjetivo/objetivo, inferior/superior, naturaleza/cultura, aparecen como una constante en los sistemas de pensamiento de muchas culturas, entre las que se encuentra —¿en los primeros lugares?— la nuestra, y casi todas utilizan el criterio biológico (específicamente a partir de los genitales externos del recién nacido), como base de atribución de género y con ello de roles sexuales.

Hasta aquí lo fácil, los hombres y las mujeres son opuestos, cada uno de ellos pareciera tener espacios y formas biológicas, sociales y psicológicas "naturales", cada uno de ellos tiene, por lo tanto, funciones diferentes, así, ¡la cocina es para las mujeres!, pero ¿será todo esto cierto?

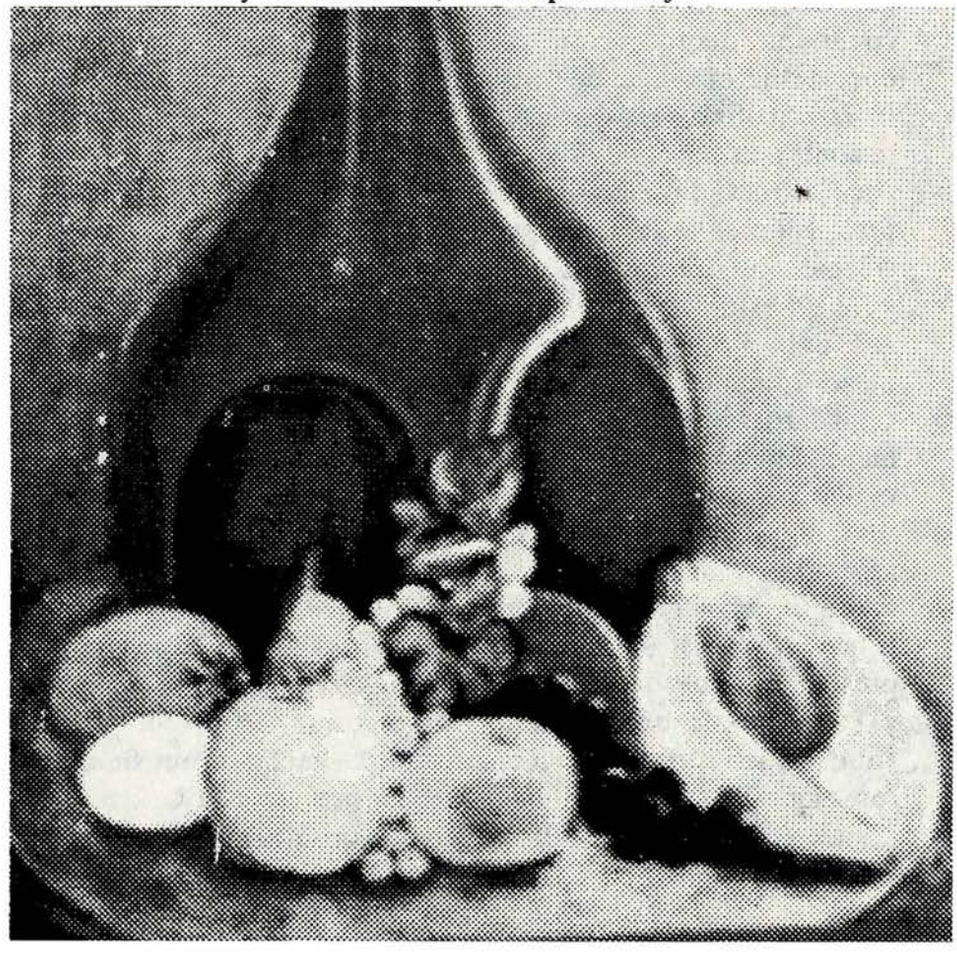
Comencemos con los aspectos biológicos. La cocina, entendida ésta no como un espacio físico, sino como un espacio de actividades relacionadas con la preparación de alimentos, con la actividad de "cocinar", requiere habilidades particulares de carácter biológico, un buen guiso depende del "sazón". Éste a su vez se relaciona con habilidades sensoperceptuales, con nuestros sentidos, especialmente el gusto y el olfato; incluso el sentido del gusto depende en gran parte del olfato, por lo que es de suponer que si la cocina es un espacio "natural de la mujer", entonces ésta posee un equipo biológico para el gusto y el olfato mejor diseñado que el del hombre. ¡Qué infortunio!: las investigaciones en la psicofisiología de los sentidos —especialmente del olfato— muestran que no es así. Los seres humanos nacemos con un sentido del olfato maduro, incluso tal vez más maduro que el resto de los sentidos (gusto, visión, audición, tacto), que es considerado como un receptor químico "a distancia" y presenta un grado elevado de complejidad por sus múltiples conexiones cerebrales, sobre todo, relacionadas con centros de control afectivo y motivacional. El gusto es más simple, sólo se aplica para poner a prueba la naturaleza de las sustan-

cias introducidas en la cavidad bucal, determinando su ingestión o rechazo. Para ambos sentidos la naturaleza del estímulo es la misma, pero con un grado de sensibilidad diferente. El olfato presenta una percepción más afinada, ya que es posible detectar el olor de muchas sustancias a concentraciones más bajas que las necesarias para estimular el gusto.

Como hemos mencionado, el olfato es uno de los sentidos más maduros al nacer, los estudios muestran que los recién nacidos son capaces de reaccionar ante distintos estímulos odoríferos desde los pocos minutos de vida, desarrollando rápidamente habilidades relacionadas con la detección y discriminación, hechos que se relacionan con la adquisición de preferencias olfativas, con la actividad de reconocimiento del recién nacido y del afianzamiento del vínculo materno. Adicionalmente se considera que el olfato es muy importante para saborear la comida ya que facilita la discriminación gustativa, incrementando el valor placentero de los alimentos y, al parecer, ejerciendo control sobre la saciedad del hambre. Su importancia es tal que se considera que el olfato genera reminiscencias más intensas que cualquier otro sentido, incluso que la vista y la audición.

La capacidad olfatoria de los humanos se mantiene más o menos constante en los primeros años de vida. Alrededor de la adolescencia se presentan cambios relacionados con las preferencias odoríferas, tanto en los hombres como en las mujeres, al parecer bajo influencia de las hormonas sexuales. Posteriormente se inicia una pérdida paulatina de la olfación por destrucción de las vías nerviosas.

Bien, pero qué hay respecto a la mujer y la cocina. Si aceptamos que al cocinar se involucran los sentidos del gusto y del olfato, y que la importancia del olfato rebasa a la del gusto, es de esperar que las mujeres posean un sentido olfatorio más amplio, lo cual es cierto, al menos en lo que respecta a la cantidad de receptores sensoriales odoríferos, que numéricamente son más altos en mujeres que en hombres. Pero el asunto es más complicado que eso, ya que estudios realizados en mujeres han mostrado que la agudeza olfatoria se modifica durante el ciclo menstrual y el embarazo, cambiando, tanto el umbral (grado de intensidad necesaria para captar el estímulo) para activar los receptores, como la sensibilidad y preferencia a determinados olores, generando modificaciones en las habilidades odoríferas de las mujeres. Esto de entrada podría significar que ellas "sazonan" los alimentos dependiendo de sus condiciones psicofisiológicas, lo que implica cambios en el sabor/olor de los alimentos. Recordemos la clásica frase "hoy te quedó más sabroso que nunca". Conclusión: biológicamente la cocina no es un espacio "natural" de las mujeres, ya que ellas deben invertir mayor habilidad (a partir de la experiencia) para cocinar con un sazón más o menos consistente todos los días, en el supuesto de que la estructura fisiológica pudiese ser ignorada o superada por el aprendizaje.





Ahora bien, lo anterior no debe ser considerado como una "demostración" de que, desde el punto de vista de la psicofisiología de la olfación la cocina no es un espacio natural de la mujer. La pretensión es evidenciar que cocinar implica para las mujeres un esfuerzo que va más allá del solo acto físico de mezclar ingredientes.

Claro, podríamos rápidamente afirmar que no se trata de cuestiones biológicas, sino más bien de funciones asignadas a la mujer, vistas desde la perspectiva de roles genéricos opuestos, pero esto presenta un nuevo obstáculo: y los hombres que cocinan ¿qué? Muchos de los cocineros famosos son hombres, ¿están realizando funciones de mujer?, o ¿son mujeres? Nuevamente podríamos suponer que los hombres que cocinan tienen problemas de identidad (¿homosexualidad?), y cuando los que cocinan son nuestros padres, abuelos, hermanos, o quienes viven solos temporalmente, ¿también tienen problemas de identidad? Respuesta —quizá dada con mayor rapidez que las anteriores—, NO, en realidad eso sucede en condiciones de necesidad o bien de gustos ocasionales.

Obvio es que, siguiendo este razonamiento buscado en la perspectiva de sexos opuestos y sus roles, esto es una contrariedad, porque se está partiendo de un supuesto básico de bipolaridad, el cual considera que, a mayor masculinidad, menor feminidad y viceversa. Es claro lo inapropiado y alejado de la realidad dicho enfoque. Y la necesidad de que los conceptos de masculinidad y feminidad se planteen como dimensiones ortogonales (dimensión tridimensional) independientes. Esto hace posible que los sujetos puedan ser clasificados según su balance relativo en ambos aspectos, es decir, que puedan presentar rasgos tanto masculinos como femeninos. De esta postura surge el concepto de "andróginos", es decir, la posibilidad de comportamientos masculinos y femeninos, afirmativos y flexibles, prácticos y expresivos, dependiendo de lo apropiado de la situación. Así, indivi-

duos tipificados como muy masculinos o muy femeninos podrían estar seriamente limitados en el rango de comportamientos disponibles al moverse de una situación a otra.

Aquí, la androginia es definida no sólo como el equilibrio de masculinidad y feminidad, sino como "la posesión, en alto grado, de ambas características". La androginia psicológica se sitúa en el ámbito del género, no del sexo. "Género" hace referencia a una función manifestada a través de la masculinidad y feminidad, mientras que "sexo" nos remite a una estructura biológica que hace posible ser mujer o varón. En consecuencia, y precisamente porque la androginia se sitúa en el plano psicosocial, no debe confundirse con hermafroditismo, bisexualidad, homosexualidad u otra serie de cuestiones relacionadas con la elección del objeto sexual, o con la falta de identificación de género consistente. La androginia debe ser considerada como una realidad intrapsíquica, que se constituye a partir de una permanente interacción de opuestos, y que trasciende la dualidad hacia la unión de los mismos, traspasando las fronteras de las reglas sociales de género (rol de género, lo cual es diferente a rol sexual). Esto permite una relación más completa y efectiva con el medio.

Investigaciones recientes sugieren que los sujetos (hombres y mujeres) con puntuaciones altas de androginia también presentan mayores puntuaciones en autoestima, flexibilidad de roles, mayor integración y ajuste personal y marital, que aquellas que mostraron puntuaciones altas con respecto a roles sexuales rígidos, en el sentido de bipolaridad. Es importante aclarar que los conceptos de masculinidad/feminidad son construcciones culturales, por lo tanto, las reglas sociales que rigen dichos comportamientos también son de carácter cultural, lo que significa que tienen una validez relativa en la cultura de que se trate, no siendo, necesariamente, universales. De esto se desprende que si viviéramos en una sociedad en la que los roles de género se abolieran, este esquema se reduciría al reconocimiento de la identidad sexual (la anatomía corporal básica, especialmente los genitales), sin que necesariamente esta identidad "rotulara" las percepciones, sentimientos y conductas de los niños y las niñas.

Pero, entonces, ¿qué hay con respecto a la mujer y la cocina, ¿es éste realmente un espacio natural femenino? Mi respuesta sería SÍ, siempre y cuando aceptáramos como "natural" la existencia de roles sexuales rígidos y estereotipados, sin posibilidad alguna de contaminarse con situaciones circunstanciales. Es obvio que esta visión pertenece a una sociedad discriminatoria de la mujer y, ¿por qué no?, también del hombre, entendidos ambos como individuos sociales sexuados.

Si por el contrario, aceptamos que vivimos en una sociedad cambiante, cuyas reglas sociales han sido creadas para favorecer la convivencia y no para restringir u obstaculizar la interacción, la respuesta sería NO. Aquí los seres humanos deberíamos coexistir a partir de esquemas conductuales flexibles, teniendo más libertad de opción en situaciones que demandan comportamientos tipificados.

Cocinar responde a una necesidad humana para satisfacer el hambre, para obtener placer. Es también un trabajo; por lo tanto, como actividad humana debería ser realizada por quien lo requiriera, sin que por ello se considere "ser su obligación" por "ser lo que es".◆

Bibliografía

Bustos, Romero Olga. "La androginia psicológica. ¿Opción o pseudomodelo?", en: *Revista de Psicología Aplicada en México*. UNAM, volumen 1, número 1, 1995, pp. 159-166.

Díaz, Loving, Rolando. "Sexualidad, género y premisas socioculturales", en: *Revista de Psicología Social y Personalidad*. AMEPSO, volumen 7, número 7, 1991, pp. 63-71.

Pérez, Duarte, Graciela. *Psicofisiología de la Olfación*. Trabajo monográfico presentado para obtener el título de Licenciada en Psicología, Universidad de Colima. Mimeo, 1995.

Rosenzweig, Mark. *Psicología Fisiológica*. Mc Graw Hill. Segunda edición, México, 1994.

Kottak, Conrad Phillip. *Antropología*. Mc Graw Hill. Sexta edición, México, 1994.