

Trabajo femenino y doble presencia como condicionante de las estrategias alimentarias familiares y los estilos de vida en hogares de Santiago de Chile

Women's work and double workload as conditioning factors for family nutritional strategies and lifestyles in Santiago, Chile

Trabalho feminino e dupla presença como condicionante das estratégias alimentares familiares e os estilos de vida em famílias de Santiago, Chile

Maria Sol Anigstein ^{1,2}

doi: 10.1590/0102-311X00199819

Resumen

Los estilos de vida han sido señalados como el principal factor de riesgo para el desarrollo de las enfermedades no transmisibles del siglo XXI, dejando frecuentemente de lado el papel de las condiciones materiales de reproducción de la vida cotidiana en el modelamiento de los hábitos y los comportamientos. Este artículo aborda las tensiones y transacciones en torno a la alimentación de familias de la ciudad de Santiago de Chile, en las que las mujeres-madres trabajan remuneradamente y a la vez son las principales responsables del trabajo doméstico y de cuidado. Por medio de un enfoque etnográfico se realizaron entrevistas a las mujeres-madres y observación pasiva y participante en 20 hogares entre los años 2015 y 2017, para reconstruir, utilizando teoría fundamentada, las estrategias alimentarias y de conciliación trabajo-familia. Dichas estrategias articulan cotidianamente aspectos materiales, culturales, de clase y de género, tanto de nivel micro como macrosocial, una suerte de puzzle que estabiliza preferencias, disposiciones y decisiones (habitus). Los resultados indican que las mujeres-madres modelan los modos y estilos de vida familiares por medio de dichas estrategias, modulando y responsabilizándose de aspectos estructurales que las trascienden, lo que tensiona y precariza tanto su vida personal, como la familiar.

Estilo de Vida; Mujeres Trabajadoras; Nutrición; Dieta; Antropología Cultural

Correspondencia

M. S. Anigstein
Av. Independencia 939, Santiago/Región Metropolitana –
7760075, Chile.
msanigste@uchile.cl

¹ Escuela de Salud Pública, Universidad de Chile,
Santiago, Chile.

² Departamento de Antropología, Universidad de Chile,
Santiago, Chile.



Introducción

La precarización y flexibilidad del trabajo asalariado, que ha sido sobre todo la forma de reestructuración del capitalismo registrada en América Latina ^{1,2}, involucró una mayor incorporación de mujeres al mercado laboral por parte de las empresas, como una estrategia de reemplazo de trabajadores hombres del núcleo central y disminución de costos laborales, con aumento de la ocupación femenina que en Chile va desde un 32,5% en 1990 ³ a un 44,9% en el 2015 ⁴. Esta mayor ocupación femenina ha significado tensiones en la clásica división sexual del trabajo, la que en virtud del modelo familiar patriarcal-fordista ⁵ o moderno-industrial ⁶ coloca a la mujer y especialmente a las madres a cargo de las labores de limpieza, cuidado y cocina ^{7,8,9}.

En Chile, la sobrecarga femenina o “doble jornada” ^{10,11}, entendida como la demanda simultánea desde el espacio de empleo y desde el doméstico-familiar, es claramente visible cuando se tiene en cuenta que las mujeres ocupadas dedican 5,85 horas diarias al trabajo no remunerado (que incluye las actividades de trabajo doméstico, de cuidados y de apoyo a otros hogares, la comunidad y trabajo voluntario) frente a un 2,85 horas por partes de los hombres ¹².

El conflicto de la conciliación trabajo-familia, activado por la mayor inserción laboral femenina sin un correlato en la redistribución de roles en el interior de los hogares, ha significado mayor presión sobre las mujeres. Dicha presión, además generar problemas de salud mental como estrés o depresión ^{13,14}, ha implicado también un vacío o crisis en los cuidados ¹⁵ necesarios para el sostenimiento de la vida, no solo propia, sino de sus familias ^{5,16}, con efectos que pueden ser evidenciados, por ejemplo, en el avance de la industrialización de la alimentación, dado por el consumo cada vez mayor de productos procesados y ultraprocesados ^{17,18,19,20}. Pérez ⁵ define la crisis de los cuidados como la desestabilización del modelo de reparto de responsabilidades sobre los cuidados y la sostenibilidad de la vida, que se está resolviendo de manera precaria e insuficiente, pues se mantienen aún invisibles y desiguales ciertos trabajos, generalmente realizados por mujeres y sin remuneración. Esta situación generaría una tensión entre la lógica de cuidado y la de mercado ¹⁵, dando lugar a una doble presencia ¹¹, con la consecuente tensión de gestionar tiempos, recursos, espacios, etc. ⁵.

La alimentación y las decisiones en torno a ella, en hogares de familias donde hay personas con distintos grados de interdependencia y asimetrías, aparecen como un aspecto relevante en lo que hemos llamado la crisis de los cuidados.

La familia ha sido la base del modelo de producción capitalista, en la medida que sería la productora y reproductora de los trabajadores libres, necesarios para el mercado de trabajo ^{21,22}. Alimentar a la familia es entonces una parte fundamental de dicho engranaje, mediante una economía compartida y una domesticidad común, cuyas principales responsables son las mujeres-madres (se habla de mujeres-madres para distinguirlas de otras mujeres como hijas, empleadas domésticas, abuelas, etc.).

Si bien la alimentación puede ser pensada como un fenómeno de carácter individual, vinculada a decisiones y prácticas personales o, en su defecto, familiares, es en su relación con aspectos colectivos, donde adquiere mayor relevancia. La alimentación así problematizada adquiere el carácter de “hecho social total” ²³ y “complejo” ^{24,25,26}, con dimensiones a la vez biológicas, sociales, culturales, psicológicas, económicas. Es decir, se articularía con fenómenos de mayor alcance, por medio de estrategias de provisión, preparación y consumo de alimentos que se despliegan en contextos microsociales, en este caso hogares de mujeres trabajadoras remuneradas de la ciudad de Santiago de Chile, y macrosociales, en el contexto del capitalismo flexible ^{2,27} y la modernidad alimentaria ^{19,20,28,29} en América Latina y Chile, específicamente. Con modernidad alimentaria se hace referencia a las transformaciones en los hábitos y dietas de las poblaciones, producto del avance de la industrialización y los alimentos ultraprocesados, del cambio en el costo relativo de los alimentos, de la flexibilización del mercado de trabajo, de la creciente incorporación de las mujeres al trabajo remunerado, de las modificaciones en la composición de las familias y la división sexual del trabajo, entre otras cosas. La materialización de estos contextos en los modos de vida cotidianos de las poblaciones ^{30,31} se constituye en una dimensión fundamental de lo que se ha llamado estilos de vida, en los que las decisiones, preferencias, transacciones y ajustes presentes en las estrategias alimentarias familiares se encuentran presionados por las condiciones materiales de existencia.

Se entenderá por estrategias alimentarias las conductas, prácticas y líneas de acción ^{24,32} que, a modo de puzzle, combinan y articulan diferentes dimensiones, recursos y estabilizaciones con el

objetivo de alimentar a las familias, visibilizando las coerciones y los agenciamientos de los sujetos, que se cristalizarían en una suerte de arreglos y patrones.

Tanto las coerciones como los agenciamientos serían producto de la relación entre las estructuras sociales cristalizadas y las estructuras incorporadas en los sujetos, lo que Bourdieu³³ define como *habitus*, producto de la incorporación de la división de clases, y para los fines de esta investigación agregaremos de género^{34,35}, que organiza la percepción del mundo social^{33,36}, dando lugar a unas elecciones que se ajustarían a la condición de la que son producto. Cuando se piensa la alimentación desde esta perspectiva, se incorporan las condiciones de existencia, como el ingreso de una familia, la ocupación de sus integrantes, el tiempo disponible, la distribución de las tareas domésticas y de cuidado, la calidad de alimentos a los que se tiene acceso, entre otras, para dar cuenta de cómo dichas condiciones modelan y modulan las preferencias.

De esta manera, es posible pensar la alimentación y los estilos de vida no como respondiendo a aspectos culturales desvinculados del contexto material, sino como preferencias en una relación dialéctica con las condiciones materiales de existencia y las desigualdades sociales³⁷. Este artículo se enfoca en las estrategias alimentarias familiares y su articulación con los roles de género, el trabajo femenino y las presiones respecto de la conciliación trabajo-familia, como forma de iluminar las tensiones y mecanismos que estarían involucradas en la generación de estilos de vida^{30,31,38}, específicamente en torno a la alimentación familiar.

Métodos

Se trató de una investigación con enfoque etnográfico^{39,40}, utilizando técnicas cualitativas, como: entrevista en profundidad, observación pasiva y observación participante⁴¹. Los resultados que se presentan en este artículo son parte de los que se produjeron en el contexto de una investigación mayor sobre estrategias alimentarias familiares en hogares de Santiago de Chile.

El trabajo de campo fue realizado íntegramente por la autora en 20 hogares, mediante un muestreo no probabilístico con representatividad estructural⁴², en el que se tuvieron en cuenta variables como ocupación, comuna de residencia y composición familiar, para lograr presencia de la variedad de posiciones en la estructura social. Las informantes fueron reclutadas por medio de contactos facilitados por la Junta Nacional de Jardines Infantiles, invitaciones presenciales realizadas en espacios laborales diversos, así como contactos personales. Se aplicó además una ficha sociodemográfica a la mujer-madre, registrando información como edad, escolaridad y ocupación de los miembros del hogar, estado civil, comuna de residencia, número de hijos, entre otras cosas. En cada hogar se realizó una entrevista en profundidad a la informante principal (mujer-madre) y observación pasiva en 17 de los 20 hogares, de 2 horas en promedio en el contexto de la entrevista, poniendo atención en las características materiales y algunos hábitos, que, junto con la ficha sociodemográfica, permitieron caracterizar el estrato socioeconómico, teniendo en cuenta el ingreso familiar mensual, la ocupación, la educación y los bienes. En tres hogares se realizó la observación participante: (a) uno de estrato alto de una mujer asalariada con cónyuge; (b) uno de estrato medio de una mujer asalariada con cónyuge; (c) uno de estrato bajo de una mujer cuentapropista. En dichos hogares el trabajo de campo duró dos semanas en promedio, en distintos días y horarios, durante la preparación de comidas, algunos eventos alimentarios y compras de alimentos.

El análisis incluyó parte de la operatoria del Método de Comparación Constante de la Teoría Fundamentada^{43,44}, que consiste en un proceso de codificación primero emergente (abierto), para luego elaborar categorías teóricas (axial) y ordenarlas en torno una o varias categorías centrales (selectiva), con el propósito de construir hipótesis interpretativas acerca de un fenómeno. Con asistencia del software Atlas.ti 7 (<http://atlasti.com/>), se elaboraron 25 códigos, agrupados en 4 familias o categorías: estrategias de provisión, preparación y consumo; rol de mujeres-madres; ideologías de género y maternidad; e historia social y biografía. Sobre la base de una codificación selectiva posterior se establecieron los nodos temáticos que organizaron los resultados, centrándose en las primeras tres categorías para los fines de este artículo.

Esta investigación cumplió con las normas éticas exigidas internacionalmente, siendo aprobada por el Comité de Ética de la Facultad de Ciencias Sociales (Universidad de Chile), con el número

050_31/2015, aplicándose consentimientos informados para las entrevistas y las observaciones participantes y resguardando las identidades con nombres ficticios.

Resultados

Entre las participantes de esta investigación, alimentar a la familia -que implica el despliegue de estrategias de provisión, preparación y consumo- es considerada una tarea doméstica más, las cuales son realizadas mayoritariamente por mujeres. Si bien algunas de las informantes declaran que sus cónyuges realizan algunas de estas labores, es notoria la baja frecuencia y la reducida variedad. Esta distribución desequilibrada es heredada por las hijas e hijos, pues son las niñas las que sustituyen a las madres en dichas tareas y los niños no, lo que parece sostenerse en ideologías que reproducen este tipo de división del trabajo ^{11,45,46}.

Alma (34, *call center*, conviviente, 2 hijos, estrato bajo): *“Las mujeres [cocinan]. Una de las dos cocina. Los hombres son los que ponen la mesa, tienen que poner la mesa ellos y tienen que levantarla si nos van a hacer lavar la loza nosotras”*.

Entrevistadora: *“¿Y hay excepciones que cambien estos roles?”*.

Alma: *“No sé, parece que no”*.

Entrevistadora: *“Y normalmente ¿lavan ustedes o ellos también lavan?”*.

Alma: *“Si un día nosotras nos avivamos [risas], mi suegra y yo nos avivamos, y recogemos la mesa, es porque a ellos les toca lavar la loza. Y se lava la loza y además se limpia aquí y se seca la loza y se guarda”*.

Entrevistadora: *“Y eso ¿cuántas veces a la semana pasa?”*.

Alma: *“No, casi nunca [risas]. Casi nunca, como dos veces al mes [risas]”*.

Entrevistadora: *“¿Por qué crees que pasa eso?”*.

Alma: *“Machismo yo creo. Igual mi suegra es de las que piensa que los hombres se cansan más [risas]. Los hombres, claro, que piensan más y se cansan más entonces”*.

Vemos entonces que los roles de género en el hogar están en algunos casos claramente delimitados por los roles clásicos de la familia patriarcal-fordista y unas particulares ideologías de género y maternidad, a pesar de que las informantes de esta investigación son todas trabajadoras remuneradas y que algunas tienen plena conciencia que realizan una cantidad mayor de tareas en la casa y por los hijos.

De igual forma, el papel de la empleada doméstica en hogares de estrato alto aparece como complementario al de las informantes, pues se las visualiza como remplazándolas en operaciones que ellas estarían relegando, es decir, la última responsabilidad recaería sobre las informantes. Esto tiene un correlato en el hecho de que el horario de la empleada se enroca con el horario de la informante, y no con el de su cónyuge, en el caso de haberlo. Es a la informante a quien le consulta para hacer las pequeñas compras o para decidir qué cocinar.

“Pero la parte de la casa, la que está a cargo de la casa soy yo y como tengo cero tiempo, en realidad los dos tenemos cero tiempo en general, yo tengo muy transferido eso a mi nana. Súper transferido, súper. Y que es una persona de mucha confianza, en el fondo tengo esa suerte. Pero yo tengo asumido absolutamente eso” (Blanca, 35, autoridad en gestión universitaria, casada, 2 hijos, estrato alto).

La labor de la empleada doméstica estaría articulada con la de la mujer-madre, reforzando la idea de que el trabajo no remunerado, incluyendo la alimentación de la familia, es cosa de mujeres.

El tipo de empleo que las mujeres-madres están dispuestas a tomar, pareciera estar supeditado a las necesidades familiares de trabajo no remunerado, lo que da lugar a que tengan itinerarios laborales variables, con sucesivas salidas y entradas al mercado ^{9,47}. Es muy sugerente que la mayoría de las informantes trabaja cerca de su casa o en su casa, mientras que esto no sucede con ninguno de los cónyuges. Los horarios laborales son flexibilizados también para compatibilizar roles, pues son las mujeres-madres quienes llegan directo a hacerse cargo de los niños, quienes se ausentan o salen antes de sus trabajos si los niños se enferman o no hay clases. Esto permite sostener que el tipo de trabajos al que acceden y que aceptan, son trabajos que admiten flexibilidad y que por lo mismo suelen ser de menor calidad y más precarios.

“Yo, además, no sé si es deliberado mío o se dan las cosas así, tengo un trabajo mucho más flexible que el de mi marido, entonces todo lo que es cuidado de los niños recae sobre mí, el grueso de los días. Por ejemplo, si hoy

cerró el colegio y cerró la sala cuna, si yo hubiera tenido que ir a trabajar me habría tenido que pedir el día, no había chance" (Belén, 39, académica, casada, 3 hijos, estrato medio).

La realización de la mayoría de las labores domésticas en las únicas horas disponibles para el descanso, así como el hacerse cargo de los niños y niñas, sobre todo los más pequeños, es algo que pareciera estar bastante naturalizado, lo que en incontables oportunidades implica dedicar menos tiempo y energía a la selección, preparación o consumo de alimentos.

"Sobrepasada, siempre, y ahora que estoy con este trabajo nuevo, estoy súper ansiosa, súper, súper ansiosa, porque llego y está la cochinateda con este perro y tengo que limpiar un poco, porque mi beba está aquí, empieza a levantar cosas del suelo, entonces llego con ella corriendo, porque la tengo que ir a buscar al jardín, corriendo, a limpiar un poco, primero que nada, limpiar un poco, y a darle comida a ella, eso es lo más importante. Entonces a veces me siento un poco sobrepasada, con el desorden que hay, limpiar el baño, no sé, estoy haciendo algo y ella se echó algo a la boca. Hoy día por ejemplo comió bálsamo, dio vuelta el bálsamo y se lo comió, entonces es como, un poco sobrepasada y por lo mismo yo creo que no me doy tiempo para cocinar, ni para comer mucho, ni muy sano" (Pamela, 40, orientadora en colegio, conviviente, 2 hijos, estrato medio).

Frecuentemente, las labores domésticas y el cuidado de los hijos resultan más demandantes y agotadoras que el trabajo remunerado, sobre todo para las que tienen niños pequeños, ya que consideran que se trata de un trabajo altamente absorbente e intensivo. Las que tienen hijos más grandes, suelen dar cuenta de la autonomía de ellos, quienes además ayudan en las labores de la casa.

Entrevistadora: *"¿Y qué te cansa más? ¿El trabajo o la casa?"*.

Dafne (25, técnica de odontología en centro de salud, casada, 2 hijos, estrato bajo): *"Los niños. Me cansa, me agota. Aparte que mi hijo más grande está con todo el tema de que tiene que leer, sus tareas, leer solo, y le ha costado mucho. Le ha costado mucho leer solo. Entonces ese tema, el colegio, me agota"*.

A pesar de ello, el trabajo no remunerado de cuidado y doméstico es puesto en un lugar central en la organización de la vida cotidiana por varias de las informantes, viendo el trabajo remunerado como algo que les suele restar tiempo para realizar dichas labores. Tienen días muy ajetreteados y ajustados en tiempo que implican una gestión y coordinación muy fina, que afecta, entre otras cosas, las decisiones alimentarias. Es así que la conciliación entre las responsabilidades laborales, parentales y domésticas es una fuente importante de estrés y tensiones.

Patricia (39, directora de jardín infantil, separada, 2 hijos, estrato medio): *"Lo que pasa es que en el horario de colación [almuerzo] yo estoy saliendo, porque tengo que ir a buscar a los chiquillos. Entonces en el trabajo, cuando sale el menor, parto, lo voy a buscar, vuelvo al trabajo, hago un rato de hora, salgo de nuevo, a buscar al mayor, y volvemos. Y ahí almorzamos, cuando yo llego con los chiquillos en la tarde"*.

Entrevistadora: *"¿Tú te los llevas a tu trabajo?"*.

Patricia: *"Sí. Me acompañan"*.

Entrevistadora: *"¿Tú preparas a la noche para el día siguiente el almuerzo?"*.

Patricia: *"Claro, pero lo hago en la noche. Salvo los días que no alcancé. Ahí el puré con la salchicha la preparo ahí mismo [en el trabajo]. O la ensalada. Pero poco, para cuando no alcancé. Entonces pongo el hervidor, hago también el arrocito o puré, el agua, y listo, la salchicha. ¿Me entiendes? O no sé, llevo solamente el arroz, y les pongo el atún [en lata]. Y así funcionamos"*.

La doble presencia, así como los imperativos de la buena madre a cargo de la alimentación familiar, entendida como lenguaje expresivo y de intercambio de afectos y amor, desde una perspectiva de la maternidad que poco se articula con los otros roles de las mujeres, genera una idea de cómo debe ser ejercida la maternidad enrolada en narrativas donde no se incluye el papel productivo de las mujeres, lo que pareciera tener alguna relación con el hecho de que acepten y/o deseen cumplir con una carga de responsabilidad mayor a la del resto de los miembros de la familia, respecto a las labores domésticas y de cuidado en general, a pesar de trabajar también remuneradamente.

"Porque nutrir también es como dar cariño, cocinar, hacer algo juntos, sanito, rico, también tiene que ver con eso para mí. Entonces, esta forma de alimentarse también es como quererme y querer a los que alimento. El trabajo es una cosa mecánica, y tampoco me involucra tanto, o sea veo a los pacientes y claro, me da pena y todo, pero no, no son tu familia. En cambio, acá me preocupo más y me canso más. (...) Todo el rato me tengo que organizar para hacer las distintas cosas, y a veces claro tengo que hacerlo en un espacio en que debiera descansar" (Ana, 32, becaria de medicina, su pareja vive en otra ciudad, 3 hijos, estrato medio).

La flexibilidad horaria, si bien les permite realizar todas las tareas que tienen, en ningún caso les proporciona una mejor calidad de vida, sino más bien una suerte de fragmentación²² de su cotidiana-

nidad, una escisión de sus roles y papeles, en la medida que no se contemplan todas sus responsabilidades, las cuales operan obturándose mutuamente.

“La flexibilidad te carga más de responsabilidades, porque flexible de horario no significa flexibilidad de cumplimiento objetivo o de tarea, entonces no me pasa siempre, pero si un día me voy antes, tengo que terminar en la noche algo que era para ese día. Entonces es una flexibilidad de horas, pero no de trabajo, de cantidad de trabajo, o de tarea que cumplir (...). Yo creo que principalmente por un tema de tiempo de que uno deja como última opción, o como última prioridad más bien, comer sanamente, comer bien, darse el tiempo de comer. Comer 15 minutos el sándwich, que se te apareció en la calle, porque ibas entrando a la reunión. Yo a veces almorzaba en el metro, me comía un sándwich así, a escondidas, porque iba de una reunión a otra” (Mónica, 39, académica, divorciada, 2 hijos, estrato alto).

Otro tipo de flexibilidad ⁴⁸ es el que experimentan las cuentapropistas, ya que a pesar de que no hay horarios que cumplir, se transita por momentos de mucha exigencia laboral y más ingresos, y momentos de baja exigencia y penurias económicas.

Mercedes (35, fotógrafa cuentapropista, separada, 2 hijos, estrato bajo): *“En este tiempo que estoy full pega, nos olvidamos de las legumbres, o sea para estar remojando las legumbres un día, no. O sea ahí nos volvimos más carnívoros más por eso, tú sabes que es más fácil. Ya te hago un bistec y listo, ya chao, era lo más fácil. Pero claro, porque no hay tiempo, y yo como vivo sola con ellos, igual se tienen que alimentar. O compras la empanada en la esquina o el pastel de choclo del vecino que hace, y solucionaste la comida mientras tu estas en el computador”*.

Entrevistadora: *“¿Qué cosas hacías en los días que estabas más ocupada, me decías que comprabas cosas, pero cuándo preparabas, qué preparabas?”*

Mercedes: *“Tallarines, igual integrales, pero tallarines con pomodoro, solo con salsa de tomate y chao”*.

Las grandes damnificadas de esta situación serían las mujeres-madres, ya que ellas en muchas ocasiones no lograrían descansar o cuidarse. No es extraño que comenten que se saltan comidas o se alimentan de manera poco saludable, pues el tiempo disponible, cuando deberían alimentarse, lo dedican a otras actividades laborales, de cuidado o domésticas.

Se plantea entonces que no es fácil o francamente imposible una conciliación entre el trabajo remunerado, y las labores domésticas y de cuidado, por lo que la doble presencia daría lugar a una crisis de los cuidados ^{5,8,15,16} que afectaría a la familia toda, la cual sería modulada por las mujeres-madres, quienes estarían sacrificando su propio bienestar, descanso y alimentación, para poder dar respuestas a las presiones laborales y a las responsabilidades en el hogar, sustentadas en unas ideologías particulares sobre la maternidad, la familia y lo saludable.

“Yo creo que no se concilia, yo creo que es imposible conciliarlo si uno trabaja tantas horas. Es súper complejo porque a mí me encanta mi trabajo, y soy buena, y me ha ido bien. O sea, cada día me ofrecerían más trabajo. Entonces he tenido que ir manejando eso, pero yo para lograr lo que quiero laboralmente no podría trabajar media jornada, mi marido tampoco lo podría hacer, y entonces yo creo que es imposible conciliarlo con la cantidad de horas que se trabaja en Chile. Entonces si yo saliera a las cuatro, a las tres, sí podría perfectamente. Pero eso es imposible” (Blanca, 35, autoridad en gestión universitaria, casada, 2 hijos, estrato alto).

El papel de la doble presencia ¹¹ de las mujeres-madres (participantes en esta investigación) en la alimentación familiar tendría características particulares. Estas particularidades estarían vinculadas al tipo de ocupaciones que tienen, y a la participación o ausencia de otros miembros de la familia o de una empleada en las labores domésticas y de cuidado.

Las operaciones realizadas por las mujeres-madres, como parte de las responsabilidades que tienen respecto del hogar y sus hijos, intentarían compatibilizar el trabajo reproductivo y el productivo, por medio de estrategias alimentarias que buscan gestionar racionalizadamente ⁴⁹ y estructurar los espacios, secuencias, combinaciones y calidades, posicionándose como las grandes moduladoras de los recursos, los tiempos y las ideologías alimentarias en el hogar, para así producir y reproducir la familia y la vida.

El tipo de modulación de las condiciones materiales de existencia, así como la eficacia que perciban en sus acciones las hará sentir mejores o peores madres, responsabilizándose de aspectos que las trascienden ampliamente, como el costo de los alimentos o la escasez de tiempo, entre otros. La ausencia de control de esas situaciones, les provocaría insatisfacción respecto de su rol materno y de cuidado, que sería sentido como de responsabilidad individual.

“Oh que terrible, caos, desorden, caos, no, no tengo filosofía de comida, no, no, porque de verdad no la podría describir, porque en el fondo ahora que te cuento, de verdad encuentro que es caótico. Debería ser saludable, pero como una mamá preocupada de que los niños se alimenten bien, pero mi hijo tiene veinte años, podría no sé, de vez en cuando prepararse algo, no, también ve a la mamá que debería y no hace” (Pamela, 40, orientadora en colegio, conviviente, 2 hijos, estrato medio).

Dicha responsabilidad individual las llevaría a generar estrategias que pueden comprometer su propia calidad de vida, en varias dimensiones, incluida la propia alimentación.

“Cuando me separé, quedé muy endeudada. Y entonces ahí, me acuerdo que cuando mi hija se fue de vacaciones con el papá, los quince días que estuvo con el papá, yo hacía una restricción full para tener después plata extra. Entonces me acuerdo que compraba lechuga y atún. Entonces comía lechuga y atún. No comí carne durante esos quince días. Entonces yo estiraba la plata lo que más pudiera, cosa que cuando llegara mi hija, hubiera carne, hubiera pescado” (Julia, 42, nutricionista, separada, 1 hija, estrato medio).

Bajo este prisma las estrategias alimentarias tendrán como principales beneficiarios a los hijos e hijas, dejando la propia alimentación, en un segundo plano, con consecuencias en la salud. De hecho, algunas informantes dijeron no cocinar, ni comer cuando estaban solas u olvidar incluir una porción para ellas cuando preparan alimentos, o que preferían sistemáticamente no comer y tomarse un té, para resguardar los alimentos para sus hijos.

Discusión

Los efectos de la dificultad de conciliar el trabajo y la familia han sido descritos como una fuente de estrés y con consecuencias en la salud mental de la población^{13,50,51}, más frecuentemente en mujeres¹³, lo que coincide con los resultados presentados en esta investigación y se vincula a la doble presencia^{10,11,52} descrita para las informantes. Esto es debido a que son las mujeres quienes tienen el rol de principal responsable de los trabajos no remunerados (cuidados y trabajo doméstico), lo que se sostiene en ideologías de género, sobre maternidad y familia que las recluta recursivamente en ese papel¹¹, dando lugar una crisis de los cuidados^{5,15,16,53}.

Las mujeres participantes en esta investigación elaboran complejas y tensionantes estrategias de conciliación trabajo-familia, diferenciadas de acuerdo al estrato socioeconómico al que pertenecen, la ocupación, el nivel de estudios, la posibilidad de mercantilizar el trabajo doméstico y la presencia en mayor o menor medida del rol de cuidado en la toma de decisiones, lo que coincide con lo propuesto por Alcañiz⁴⁷.

La alimentación familiar, como uno de los aspectos centrales del trabajo no remunerado, es asumida mayoritariamente por las mujeres-madres participantes en esta investigación, en el entendido que es parte de la función maternal. Dicha alimentación se organiza por medio de estrategias que se articulan y tensionan con las estrategias de conciliación trabajo-familia, gestionando las condiciones materiales de existencia, con la finalidad de compensar y modular el déficit de tiempo y recursos para alimentar a la familia y con ello producirla^{11,54}, dando lugar a estabilizaciones y habitus³³ que resultan poco satisfactorios.

En función de dicha situación, lo que podríamos llamar estrategia alimentaria desborda el acto alimentario concreto y se articula con aspectos como los tipos de ocupación, los tiempo de traslado, el cumplimiento de otras tareas domésticas de limpieza o cuidado, en un complejo puzzle que se va armando y re-amando diariamente en una suerte optimización de las diversas dimensiones que concurren para que la alimentación tenga lugar. Imaz⁵⁵ (p. 492) propone llamar a este tipo de maternidades *“bricoleur”*, las cuales se caracterizan por generar estrategias que responden a requerimientos de la vida cotidiana por medio de *“verdaderas ingenierías precarias y provisionales”*.

Conclusiones

Las mujeres-madre serían las principales moduladoras de las condiciones materiales de existencia y de los aspectos macroestructurales para el contexto familiar, buscando producir un reordenamiento y una compensación microsociales, que a pesar de los grandes esfuerzos, no logra abstraerse para así constituir una alimentación que les sea satisfactoria.

En definitiva, la doble presencia vinculada a los roles de género propios del actual estadio del capitalismo, sostenidos en ideologías de género y maternidad, condiciona las estrategias alimentarias familiares en sus tres fases: provisión, preparación y consumo, comprometiendo la calidad de la alimentación familiar, sobre todo de la mujer-madre, así como su salud mental, constituyéndose en uno de los aspectos que debe ser tenido en cuenta en la crisis de los cuidados que atraviesa actualmente Chile, así como otros países de la región.

Información adicional

ORCID: Maria Sol Anigstein (0000-0002-4023-2389).

Agradecimientos

M. S. Angstein recibió la beca doctoral CONICYT nacional Chile para la realización de esta investigación y la ayuda de viaje VID U. Chile para potenciar la productividad académica.

Referencias

1. De La Garza Toledo E. Problemas clásicos y actuales de la crisis del trabajo. In: De La Garza Toledo E, Neffa JC, coordinadores. El futuro del trabajo – el trabajo del futuro. Buenos Aires: Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales; 2001. p. 11-31.
2. De La Garza Toledo E, Neffa JC. Modelos económicos, modelo productivo y estrategias de ganancia: conceptos y problematización. Buenos Aires: Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales; 2011. (Cuadernos del Pensamiento Crítico Latinoamericano, 39).
3. Observatorio del Ministerio de Desarrollo Social. CASEN 2013. Trabajo: síntesis de resultados. http://observatorio.ministeriodesarrollsocial.gob.cl/documentos/Casen2013_Trabajo.pdf (accedido el 05/Ene/2019).
4. Instituto Nacional de Estadísticas. Mujeres em Chile y mercado del trabajo. Participación laboral femenina y brechas salariales. https://www.ine.cl/docs/default-source/ocupacion-y-desocupacion/publicaciones-y-anuarios/publicaciones/mujeres-en-chile-y-mercado-del-trabajo---participación-laboral-femenina-y-brechas-salarialesa.pdf?sfvrsn=ade344d4_3 (accedido el 09/May/2019).
5. Pérez Orozco A. Amenaza tormenta: la crisis de los cuidados y la reorganización del sistema económico. *Revista de Economía Crítica* 2006; (5):7-37.
6. Valdéz X. Metamorfosis de la familia y la vida privada. Cambios y tendencias en Chile. [http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/135/METAMORFOSIS%20DE%20LA%20FAMILIA%20Y%20LA%20VIDA%20PRIVADA,%20Ximena%20Val%20\(1\).pdf](http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/135/METAMORFOSIS%20DE%20LA%20FAMILIA%20Y%20LA%20VIDA%20PRIVADA,%20Ximena%20Val%20(1).pdf) (accedido el 12/Abr/2016).
7. Todaro R. Introducción general. Ampliar la mirada: trabajo y reproducción social. In: Todaro R, Yañez S, editoras. El trabajo se transforma: relaciones de producción y relaciones de género. Santiago de Chile: Centro de Estudios de la Mujer; 2004. p. 15-32.

8. Arriagada I. Transformaciones sociales y demográficas de las familias latinoamericanas. *Papeles de Población* 2004; 10:71-95.
9. Arriagada I, Glavéz T. Estructura de restricciones a la participación laboral y a la autonomía económica de las mujeres: estudio orientado a mejorar las políticas de equidad de género. Santiago de Chile: Departamento de Estudios y Capacitación, Servicio Nacional de la Mujer; 2014.
10. Hochschild A, Machung A. *The second shift: working families and the revolution at home*. New York: Penguin Books; 2012.
11. DeVault M. *Feeding the family: the social organization of caring as gendered work*. Chicago: The University of Chicago Press; 1991.
12. Instituto Nacional de Estadísticas. Encuesta nacional sobre uso del tiempo. Principales resultados. http://www.ine.cl/enut/files/principales_resultados/documento_resultados_ENUT.pdf (accedido el 26/Abr/2017).
13. Eguiguren AP. El papel de la conciliación entre el trabajo doméstico/de cuidados y el trabajo remunerado en la salud mental de trabajadores/as chilenos/as. Santiago: Universidad de Chile; 2013.
14. Ala-Mursula L, Vahtera J, Kivimäki M, Kevin M, Pentti J. Employee control over working times: associations with subjective health and sickness absences. *J Epidemiol Community Health* 2002; 56:272-8.
15. Del Río S. La crisis de los cuidados: precariedad a flor de piel. *Rescaldos – Revista de Diálogo Social* 2003; (9):47-57.
16. Arriagada I. La organización social de los cuidados y vulneración de derechos en Chile. Santiago de Chile: Centro de Estudios de la Mujer/ONU Mujeres; 2010.
17. Contreras J. Introducción. In: Contreras J, editor. *Alimentación y cultura: necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Universitat de Barcelona; 1995. p. 9-23.
18. Gracia-Arnaiz M. Comemos lo que somos. Reflexiones sobre cuerpo, género y salud. Barcelona: Icaria; 2015.
19. Contreras J, Gracia-Arnaiz M. *Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas*. Barcelona: Ariel; 2007.
20. Menell S. Disminuyendo los contrastes, aumentando las variedades. In: Contreras J, editor. *Alimentación y cultura: necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Universitat de Barcelona; 1995. p. 333-56.
21. Meillassoux C. *Maidens, meal and money. Capitalism and the domestic community*. Cambridge: Cambridge University Press; 1981.
22. Oakley A. *The sociology of housework*. New York: Pantheon; 1974.
23. Mauss M. Ensayo sobre el don. Forma y función del intercambio en las sociedades arcaicas. Buenos Aires: Katz Editores; 2012.
24. Aguirre P. *Estrategias de consumo: qué comen los argentinos que comen*. Buenos Aires: Miño y Dávila; 2005.
25. Carrasco HN. Desarrollo de la antropología de la alimentación en América Latina: hacia el estudio de los problemas alimentarios contemporáneos. *Estudios Sociales* 2007; 15:80-101.
26. Carrasco F, Moreno M, Irribarra V, Rodríguez L, Martín MA, Alarcón A, et al. Evaluación de un programa piloto de intervención en adultos con sobrepeso u obesidad, en riesgo de diabetes. *Rev Méd Chile* 2008; 136:13-21.
27. Harvey D. *La condición de la postmodernidad. Investigación sobre los orígenes del cambio cultural*. Buenos Aires: Amorrortu Editores; 1990.
28. de Garine I. Los aspectos socioculturales de la nutrición. In: Contreras J, editor. *Alimentación y cultura: necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Universitat de Barcelona; 1995. p. 129-69.
29. Fischler C. El (h)omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo. Barcelona: Editorial Anagrama; 1995.
30. Breilh J. La determinación social de la salud como herramienta de transformación hacia una nueva salud pública (salud colectiva). *Rev Fac Nac Salud Pública* 2013; 31 Suppl 1: S13-27.
31. Breilh J. La epidemiología crítica: una nueva forma de mirar la salud en el espacio urbano. *Salud Colect* 2010; 6:83-101.
32. Remidi F. Los pobres y sus estrategias alimentarias de supervivencia en Córdoba, 1870-1920. *Población & Sociedad* 2006; 12-13: 169-205.
33. Bourdieu P. Razones prácticas. Sobre la teoría de la acción. Barcelona: Editorial Anagrama; 1997.
34. Miller DL. Gender, field, and habitus: how gendered dispositions reproduce fields of cultural production. *Sociol Forum (Randolph N J)* 2016; 31:330-53.
35. Adkins L, Skeggs B. *Feminism after Bourdieu*. Oxford: Blackwell; 2004.
36. Bourdieu P. La distinción: criterio y bases sociales del gusto. Buenos Aires: Taurus; 2012.
37. Fassin D. *El hacer de la salud pública*. Paris: Éditions de l'École des Hautes Études en Santé Publique; 2008.
38. Breilh J. Las tres "S" de la determinación de la vida: 10 tesis hacia una visión crítica de la determinación social de la vida y la salud. In: Nogueira R, editor. *Determinação social da saúde e reforma sanitária*. Rio de Janeiro: Centro Brasileiro de Estudos de Saúde; 2010. p. 87-125.
39. Guber R. *La etnografía. Método, campo y flexibilidad*. Buenos Aires: Siglo XXI; 2011.
40. Epele M. Sobre las posiciones etnográficas en la antropología de la salud en el sur de las Américas. *Salud Colect* 2017; 13:359-73.
41. Valles M. Técnicas cualitativas de investigación social. Reflexión metodológica y práctica profesional. Madrid: Editorial Síntesis; 2003.
42. Canales M. El Grupo de Discusión y el Grupo Focal. In: Canales M, editor. *Metodologías de investigación social. Introducción a los oficios*. Santiago: Lom Ediciones; 2006. p. 265-87.

43. Glaser B, Strauss A. The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research. New York: Aldine Publishing Company; 1967.
44. Strauss A, Corbin J. Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia; 2002.
45. Mackenzie S, Rose D. Industrial change, the domestic economy and home life. In: Anderson J, Duncan S, Hudson R, editors. Redundant spaces in cities and regiones? London: Academic Press; 1982. p. 155-200.
46. McDowell L. Género, identidad y lugar. Madrid: Ediciones Cátedra; 2000.
47. Alcañiz M. Género con clase: la conciliación desigual de la vida laboral y familiar. *Revista Española de Sociología* 2015; (23):29-55.
48. Ruiz C, Boccardo G. Los chilenos bajo el neoliberalismo. Clases y conflictos sociales. Santiago de Chile: Nodo XXI/El Desconcierto; 2014.
49. Criado E. El valor de la buena madre. Oficio de ama de casa, alimentación y salud entre las mujeres de clases populares. *Revista Española de Sociología* 2004; (4):93-116.
50. Álvarez A, Gómez IC. Conflicto trabajo-familia, en mujeres profesionales que trabajan en la modalidad de empleo. *Pensamiento Psicológico* 2011; 9:89-106.
51. Sanz Vergel AI. Conciliación y salud laboral: ¿una relación posible? Actualidad en el estudio del conflicto trabajo-familia y la recuperación del estrés. *Med Segur Trab* 2011; 57:115-26.
52. Barthes R. Pour une psycho-sociologie de l'alimentation contemporaine. *Annales. Economies, Sociétés, Civilisations* 1961; 16: 977-86.
53. Batthyány K, Genta N, Perrotta V. Las representaciones sociales del cuidado infantil desde una perspectiva de género. Principales resultados de la Encuesta Nacional sobre Representaciones Sociales del Cuidado. *Papers: Revista de Sociologia* 2014; 99:335-54.
54. Miller D. Ir de compras: una teoría. México DF: Siglo XXI Editores; 1999.
55. Imaz E. Las madres bricoleurs. Estrategias, prácticas y modelos maternos contemporáneos. *Estudos Feministas* 2016; 24:485-97.

Abstract

Lifestyles have been highlighted as the main risk factor for noncommunicable diseases in the 21st century, often leaving aside the role of material conditions of reproduction of daily life in modeling of habits and behaviors. The article addresses the tensions and transactions in family nutrition in the city of Santiago, Chile, in which mothers do paid work and are simultaneously in charge of housework and family care. An ethnographic focus was used in interviews with mothers, in addition to passive and participant observation in 20 households in the years 2015 and 2017 to reconstruct the nutritional strategies and reconciliation of women's paid work with family demands. Such strategies link material, cultural, class, and gender aspects on a daily basis at both the micro and macrosocial levels, in a kind of puzzle that stabilizes preferences, dispositions, and decisions (habitus). The results indicate that mothers model the family lifestyles through such strategies, modulating and taking responsibility for structural aspects that transcend them, producing tension and precariousness in their personal and family life.

Life Style; Working Women; Nutrition; Diet; Cultural Anthropology

Resumo

Os estilos de vida foram apontados como o principal fator de risco para o desenvolvimento das doenças não transmissíveis do século XXI, deixando frequentemente de lado o papel das condições materiais de reprodução da vida cotidiana na modelagem dos hábitos e comportamentos. Este artigo aborda as tensões e transações em torno da alimentação de famílias da cidade de Santiago, Chile, nas quais as mulheres-mães têm um emprego remunerado e são, ao mesmo tempo, as principais responsáveis pelo trabalho doméstico e a criação. Por meio de um enfoque etnográfico, foram realizadas entrevistas das mulheres-mães, com observação passiva e participativa, em 20 famílias, entre os anos 2015 e 2017, para reconstruir, lançando mão de uma teoria fundamentada, as estratégias alimentares e de conciliação trabalho-família. Tais estratégias articulam no dia a dia aspectos materiais, culturais, de classe e de gênero, tanto no nível micro como macrosocial, um tipo de quebra-cabeça que estabiliza preferências, atitudes e decisões (habitus). Os resultados indicam que as mulheres-mães moldam os modos e estilos de vida familiares por meio das estratégias, modulando e responsabilizando-se pelos aspectos estruturais que as transcendem, o que tensiona e precariza tanto a sua vida pessoal como familiar.

Estilo de Vida; Mulheres Trabalhadoras; Nutrição; Dieta; Antropologia Cultural

Recibido el 11/Oct/2019
 Versión final presentada el 15/Feb/2020
 Aprobado el 27/Feb/2020