



---

## Módulo 5

---

# Alimentación y género



Reconstrucción  
argentina



Ministerio de  
Desarrollo Social  
Argentina





## Módulo 5

# Alimentación y género

## Autoridades

### **Ministro de Desarrollo Social de la Nación**

Sr. Juan Horacio Zabaleta

### **Secretaria de Inclusión Social**

Lic. Laura Valeria Alonso

### **Directora Nacional de Seguridad Alimentaria**

Lic. Victoria Colombo

### **Directora de Políticas de Seguridad Alimentaria**

Mgtr. Mercedes Paiva

## Autoras

**María Elena Ramognini**  
(Magister en Género, Política y Sociedad  
y Licenciada en Ciencias Antropológicas)

**María Belén Amicone**  
(Licenciada en Nutrición)

## **Revisión general de contenidos**

Mgtr. Mercedes Paiva

# Índice

**pág. 07** // Cuidados y desigualdad: ¿Por qué no se valora lo que sostiene la vida humana?

**pág. 09** // Cuidados, cuerpo y alimentación

**pág. 11** // Trabajos de cuidados en cifras

**pág. 12** // Características del trabajo de cuidados

**pág. 14** // El rol de la publicidad en la reproducción de las desigualdades de género

**pág. 16** // Lactancia Humana: km 0 de la Soberanía Alimentaria

**pág. 19** // Estereotipos de belleza hegemónica: ¿cuerpos bellos o cuerpos saludables?

**pág. 23** // Bibliografía

**pág. 27** // Actividades

Duerme, duerme negrito,  
que tu mama está en el campo, negrito...  
Te va a traer codornices para ti,  
te va a traer rica fruta para ti,  
te va a traer carne de cerdo para ti.  
te va a traer muchas cosas para ti.  
Y si negro no se duerme,  
viene diablo blanco  
y ¡zas! le come la patita,  
¡chacapumba, chacapún...!

### **Duerme Negrito**

(Canción popular  
recopilada por Atahualpa Yupanqui)

# Cuidados y desigualdad: ¿Por qué no se valora lo que sostiene la vida humana?

¿Somos un cuerpo?  
¿Tenemos un cuerpo? ¿Un  
cuerpo nos tiene?

¿Qué podemos hacer con  
nuestro cuerpo? ¿Somos  
lo que nuestro cuerpo es  
capaz de hacer?

¿Cómo son los cuerpos  
bellos?

En todas las sociedades conocidas, las mujeres fueron y son consideradas por sus capacidades reproductivas, tanto por la fertilidad como por su aptitud para realizar los cuidados necesarios e imprescindibles para sostener la vida humana.

En líneas generales, a lo largo de la historia, se ha considerado como “trabajo” únicamente al realizado en el ámbito público, de manera remunerada y dentro de la esfera de la producción. Sin embargo, hace ya varias décadas que desde los feminismos se vienen concentrando esfuerzos para iluminar lo que ocurre con el trabajo dentro del ámbito privado.

Gracias a los estudios de historiadoras y antropólogas feministas sabemos que el orden patriarcal acompañó el desarrollo de la inmensa mayoría de las culturas que habitaron nuestro planeta. A partir de la conquista de América por parte de Europa, el desarrollo del pensamiento moderno se montó sobre la subordinación sexual que ya existía, dando curso al surgimiento y auge del sistema capitalista.

Desde la perspectiva de la economía, se intentó explicar el motivo de la desvalorización del trabajo de las mujeres, analizando la dicotomía producción/reproducción y se llegó a la conclusión de que **el trabajo realizado por las mujeres se encuentra invisibilizado porque se asocia con lo privado, lo doméstico, lo reproductivo y lo no remunerado**. No obstante, **dentro del hogar también hay producción y redistribución** <sup>(1)</sup>.

Nos estamos refiriendo a los Trabajos de Cuidados que –aunque invisibilizados– son cruciales para la reproducción y el sostenimiento de la vida. Sin ellos, sería imposible para las sociedades contar con trabajadoras y trabajadores disponibles para realizar las labores que requiere la producción de bienes y servicios. Ocurre que con la separación entre los ámbitos público (productivo) y privado (reproductivo) el trabajo de las mujeres pierde valor, porque en la sociedad moderna, sólo lo productivo aparece como “el trabajo”, la fábrica sería el ejemplo más emblemático. La mayor parte de las habilidades domésticas parecen de distinta naturaleza que el trabajo que se realiza fuera del hogar <sup>(2)</sup>.

Pero **¿qué se produce en el interior de lo doméstico?** Explica Fair que “nada menos que las condiciones de vida cotidiana de los seres humanos, por ende: la *fuerza de trabajo*, y aquellos aspectos más directamente ligados a la salud física, emocional y psicológica de los sujetos que la

integran e integrarán. La esfera doméstica fue definida como espacio de reproducción biológica, cotidiana y generacional de la sociedad”<sup>(3)</sup>.

La centralidad de los cuidados responde, por un lado, a que nuestra especie requiere de muchos cuidados durante los primeros años de vida porque nacemos muy prematuros y por otra, a que sin los cuidados cotidianos de alimentación e higiene no es posible vivir.

Entonces, ¿por qué lo más imprescindible y vital para la supervivencia, tanto de las personas como de los grupos sociales, se encuentra tan desvalorizado en el mundo?

Porque en la base de la desvalorización de las tareas de cuidado está situada la opresión de las mujeres y de lo femenino. Invisibilizar la importancia del cuidado permite que se reproduzcan las desigualdades sexuales, las desigualdades de género.

En términos históricos, esta cuestión resultó crucial entre finales del siglo XIX y mediados del siglo XX\*. Ante la necesidad de los estados de contar con obreros fuertes y soldados sanos, las mujeres de todas las clases sociales quedaron relegadas al **rol materno**, posición que se definió como el atributo por excelencia de lo femenino.

Y, en los casos en que se incluyeron mujeres en el mercado laboral, ingresaron para realizar aquellas labores que extendían las actividades domésticas y de cuidado a la esfera pública y mercantil: fueron las maestras, enfermeras, costureras, empleadas del servicio doméstico. Reforzando así los estereotipos de género<sup>(3)</sup>.

Amamantar  
¿Es una obligación  
o un derecho?

Durante esta etapa se dio la denominada “maternalización de las mujeres”<sup>(4)</sup> a partir de las Políticas de Maternidad que implementarán los estados nacionales de manera global. Por ejemplo, en la Argentina, en 1936 se creó la Dirección de Maternidad e Infancia a partir de la Ley 1.234, también conocida como Ley Palacios. En su Artículo 4 establecía que “toda madre tiene el deber de amamantar a su hijo”.

En este sentido, la responsabilidad en el cuidado de los miembros de la sociedad, o más precisamente en la reproducción de la fuerza de trabajo necesaria para el funcionamiento del sistema, nunca fue cabalmente asumida de manera colectiva en América Latina. Esto se expresa en la forma que tomaron las instituciones sociales, que a través de particulares regímenes de Estado de Bienestar, dan muestra de una realidad en la cual las políticas públicas, a lo sumo acompañan el cuidado entendido como una responsabilidad básicamente privada, hogareña y femenina<sup>(5)</sup>.

\* Sostenemos que siempre lo fue, pero a los fines de este módulo, nos centraremos en lo que ocurrió a partir de este momento de la historia.

Además según la pertenencia de clase o étnica, se incrementan las desigualdades construidas en torno a lo sexual. Desde la economía del cuidado se viene señalando que la asignación exclusiva de las mujeres en las tareas de cuidado es uno de los obstáculos centrales para el acceso a los mismos niveles de renta y riqueza que la población masculina, lo cual constituye el motor de la **"feminización de la pobreza"**<sup>(6)</sup>. Y, en contextos de crisis, este panorama se agrava por la incidencia de las políticas de ajuste sobre la vida de las mujeres, generando una situación de **"crisis de los cuidados"**<sup>(7)</sup>.



## Cuidados, cuerpo y alimentación

Necesito  
(Sui Generis)

Necesito alguien  
Que me empareche un poco  
Y que limpie mi cabeza  
Que cocine guisos de  
madre  
Postres de abuela y torres  
de caramelo

Aunque pueda parecernos que estos temas no tienen tanto en común, cuando nos ponemos los "anteojos violetas", que nos permiten mirar el mundo con perspectiva de género y corremos los velos de la naturalización con que aceptamos todo lo que ocurre en él, podemos comprender la profunda relación que vincula el cuerpo de las mujeres con la desvalorización de los trabajos imprescindibles para sostener la vida humana y de las sociedades. Y que, sin esta valoración, estamos en peligro de extinción.

Como ya dijimos, la relación de las mujeres con la alimentación se encuentra estrechamente asociada con su capacidad reproductiva. La reproducción misma ocurre a través del cuerpo y, desde el primer minuto de la vida, es gracias al alimento que produce ese cuerpo que un bebé consigue sobrevivir.

Las tareas de cuidado son imprescindibles para el sostenimiento de la vida, pero parecen invisibles. Cocinar, limpiar y cuidar no se consideran trabajos en el sentido productivo del término. No se valoran como tal, excepto que haya que recurrir al mercado para resolver su realización. Sólo cuando son realizados por empresas, empleadas o empleados se los considera un trabajo y se comprende el valor (económico) que tienen.

Sin embargo, las condiciones en las que trabajan remuneradamente la enorme mayoría de las trabajadoras domésticas también muestran una cruda realidad. Porque **la división sexual del trabajo afecta en mayor medida a las mujeres de sectores populares**. En primer lugar, porque se encuentran con más dificultades para delegar los cuidados familiares, lo que les deja menos tiempo disponible para el trabajo fuera del hogar y mucho menos aún para las actividades de autocuidado, recreativas y de ocio. Pero sobre todo, porque las oportunidades laborales que consiguen son precarias y los salarios bajos. Además, el empleo no registrado aún es alto, especialmente entre las mujeres<sup>(3)</sup>.

Quienes cocinan a diario a sus familias o a sus comunidades son mayoritariamente mujeres que realizan estas tareas de manera altruista e invisible. Mientras que las empresas que producen alimentos o quienes cocinan profesionalmente lo hacen de manera reconocida, visible y monetizada.

Algo similar pasa con las políticas alimentarias: siempre están relegadas o supeditadas únicamente a un aporte económico. Pero, ¿podemos comer sin elaborar los alimentos? ¿es posible ser humanos sin compartir la comida bajo diversas formas de comensalidad?

Valorar los cuidados y la alimentación va de la mano de la valorización de lo femenino, de las mujeres y de lo reproductivo. Se trata de los trabajos sin los cuales no podemos vivir.

*Se establece entonces que el cuidado es un elemento central para el funcionamiento del sistema económico y social. Además, es una actividad multidimensional con aspectos económicos, sociales, psicológicos, culturales y políticos. El cuidado como actividad específica incluye todo lo que hacemos para mantener, continuar y reparar nuestro mundo, de manera que podamos vivir en él con tanto bienestar como sea posible. Y si bien los receptores del cuidado han sido tradicionalmente las personas dependientes, es decir, la ancianidad, la niñez, los enfermos y en alguna medida los discapacitados, el cuidado también se dirige a personas plenamente capaces, ocupadas o no en el mercado laboral. Los sujetos del cuidado somos todos.*

Es interesante pensar, desde esta óptica, el auge de los productos ultraprocesados, caracterizados por ser rápidos y fáciles de preparar. Se los ha definido como **“alimentos servicio”**, ya que permiten un ahorro de tiempo y de trabajo en lo que a los cuidados respecta, permitiendo a las mujeres dedicarse a otras tareas<sup>(8)</sup>. De hecho, podría decirse que su incorporación representa la creación de una plusvalía\* que significó para muchas mujeres la intensificación de su trabajo de cuidado en el ámbito doméstico o salir a trabajar fuera de la casa. Es decir, estos productos semielaborados o listos para consumir “liberan” a las mujeres para que puedan dedicar su tiempo a realizar más trabajos<sup>(9)</sup>.

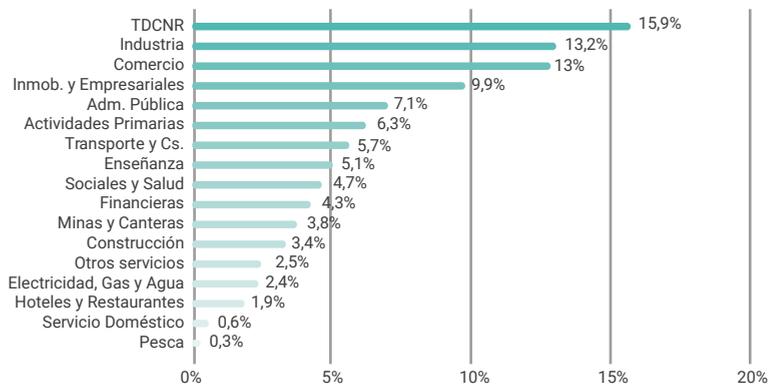
\* Este es un concepto de gran complejidad. Sin intención de caer en un reduccionismo, lo utilizamos en el sentido del valor extra de un servicio o producto que no es pagado a quien realizó el trabajo.

## Trabajos de cuidados en cifras

En un reciente informe publicado por la Dirección Nacional de Economía, Igualdad y Género en 2020 <sup>(10)</sup> se definió al Trabajo Doméstico y de Cuidados No Remunerado (TDCNR) como aquel que permite que las personas se alimenten, vean sus necesidades de cuidados satisfechas, cuenten con un espacio en condiciones de habitabilidad, reproduzcan en general sus actividades cotidianas y puedan participar en el mercado laboral, estudiar o disfrutar del ocio, entre otras y se destacó que **la forma en que se mide el PBI (Producto Bruto Interno) no incorpora el TDCNR** y, por tanto, **deja fuera una de las actividades fundamentales para la economía nacional**. Los resultados evidenciaron que la distribución del TDCNR es estructuralmente desigual: el 88,9% de las mujeres participan de estas tareas y les dedican en promedio 6,4 horas diarias. Mientras que sólo el 57,9% de los varones participa en estos trabajos, a los que les dedican un promedio de 3,4 horas diarias. Posteriormente **se estimó el valor de dichas horas de trabajo y se encontró que el aporte del TDCNR al PBI es de 15,9%**. Esta contribución a la economía total por parte de las mujeres (si se pagara), **es la rama que representa un mayor aporte al PBI**, encontrándose por encima de la Industria y el Comercio.

### Medición del aporte del Trabajo Doméstico y de Cuidados no Remunerado al Producto Interno Bruto

El sector de TDCNR como % del PBI



Fuente: elaboración DNElyG en base a datos de la Encuesta sobre Trabajo No Remunerado y Uso del Tiempo (EPH-INDEC, 3er trimestre 2013) en población de 18 años y más, EPH-INDEC y Avance del Nivel de Actividad - INDEC, 4to trimestre y proyecciones de población 2020 del CENSO 2210-INDEC.

## Características del trabajo de cuidados



Eso que  
llaman  
amor  
es trabajo  
no pago

El trabajo de cuidados implica dedicación, saberes y sostén de vínculos afectivos. Asume características de obligatoriedad y abnegación que lo dimensionan como actos morales y afectivos. Tanto en el hogar como en el ámbito comunitario, tiene la impronta del servicio, la asistencia, el sacrificio y la abnegación.

Lo que permanece oculto es que el proceso de especialización de las mujeres en las tareas de cuidado es una de las principales consecuencias de la división sexual del trabajo, propia de las sociedades patriarcales que se basan en la desvalorización de lo femenino y todas las actividades vinculadas a ello. Esta división genera, a su vez, un tipo de trabajador masculino ideal, que puede ser ocupado a tiempo completo y trabajar horas extras y un tipo de trabajadora femenina ideal que puede ser sobreexplotada, precarizada y descalificada.

Como señalan Carrasco et al (2011) <sup>(6)</sup> el término cuidado tiene varios sentidos. Se puede hablar de:

- **Cuidados directos** como alimentar a un bebé, cuidar enfermos, conversar con adolescentes.
- **Cuidados indirectos** como limpiar, cocinar, comprar alimentos, gestión y organización de las tareas domésticas, entre otros.

Estas tareas se suceden a lo largo del todo el ciclo de vida de las mujeres en las familias y varían según las composiciones familiares y las dinámicas vitales. **Exigen total disponibilidad de estas mujeres para hacerse cargo de ellas y además es un trabajo que involucra una fuerte carga emocional.** Tomar en cuenta el componente emocional implica el riesgo de caer en la “mística del amor” que niega o invisibiliza las situaciones de coerción social y económica en las que estas actividades se inscriben.

Otro aspecto central para tomar en cuenta son las condiciones en las que se realizan los cuidados en los distintos ámbitos: hogares, mercado o servicios públicos. Independientemente del escenario en que se desarrolle, siempre es un trabajo socialmente devaluado, lo cual se traduce en bajos salarios y condiciones laborales muy precarias.

Como señala Carrasco <sup>(6,11)</sup> **la universalidad es el rasgo principal del cuidado**, ya que todas y todos necesitamos de cuidados, con distintas intensidades y requerimientos, muy intensos en los inicios y en los finales de la vida. Todas las sociedades requieren de cuidados permanentemente.

El tema central es analizar cómo se resuelven las necesidades de cuidados en cada sociedad y qué tipo de respuestas colectivas se ven involucradas, teniendo en cuenta la dificultad que implica resolver la paradoja entre lo imprescindible de los cuidados y su profunda desvalorización, ya que en términos generales, el trabajo de cuidados está relacionado con colectivos sociales altamente devaluados como las mujeres, las personas en situación de pobreza y las personas migrantes.

Nos parece importante enfatizar en que no es nuestra intención romantizar los trabajos de cuidado. Mucho menos queremos que sigan siendo invisibilizados y subvalorados. Quedó claro hasta aquí que sin ellos no podríamos sobrevivir. Tampoco podemos continuar sosteniendo este orden que se apoya en la explotación, discriminación y violencia hacia las mujeres y otras identidades feminizadas. Es necesario que ocurra una toma de conciencia, un reconocimiento por parte de todas las personas que integran la sociedad y que nos involucremos por igual en ellos; desde quienes definen y llevan a cabo las políticas alimentarias, educativas, económicas, productivas y culturales, hasta los últimos eslabones de la cadena, todas las personas de la sociedad. Pero además, debemos cambiar la manera de considerarlos, comprender su centralidad y su valor para el sostenimiento y la reproducción de lo más importante que tenemos que es la vida. Para ello, es imprescindible que dejemos de vincularnos con los trabajos de cuidados desde el desprecio o por obligación.

**Podemos entender a los cuidados como una necesidad, como un trabajo y también como un derecho: derecho a cuidar a otras personas, a autocuidarnos y a que nos cuiden.** Para eso, es necesario encontrar la manera de poder disfrutar de hacerlos y no vivirlos como una cuestión que nos quita tiempo para hacer otras cosas “más importantes”. Porque son esas las instancias en las que podemos “regenerar” las condiciones de bienestar que necesitamos para sostener nuestra vida.

*Veamos cómo se aplica esto en un ejemplo concreto, relacionado con la alimentación. Ya se ha visto, en los módulos anteriores, que no da lo mismo comer un plato de comida casera que un producto comestible ultraprocesado que se vende listo o casi listo para consumir. Es imprescindible que tomemos en cuenta el tiempo, la dedicación y las habilidades para cocinar, como un factor clave en el camino hacia una alimentación sana, segura y soberana.*

# El rol de la publicidad en la reproducción de las desigualdades de género

La publicidad responde a los intereses de las empresas. Su objetivo manifiesto es lograr consumidores para sus productos. A partir de estrategias de marketing se busca ampliar el mercado y esto se traduce en protecciones concretas a nivel de la acumulación de beneficios y ganancias.

Pero también tiene un **rol muy importante en la reproducción de estereotipos sociales, definición de roles y establecimiento de mandatos**. A partir de esto podemos decir que el impacto de la publicidad va mucho más allá que su objetivo de mostrar productos para aumentar las ventas.

Por donde miremos hay publicidades. En la vía pública, en los medios de transporte, en las redes sociales, en la radio, en la televisión. Sus imágenes, conceptos y significados atraviesan nuestra vida cotidiana. Los jingles, los slogans, los logotipos y las marcas están presentes hasta cuando dormimos.

## **¿Qué cosa nos vende la publicidad además de los productos?**

Fundamentalmente, nos vende cómo debemos ser y qué debemos desear, qué debemos comer y cómo debemos relacionarnos. Nos vende que todo puede y debe ser vendible.

En relación con la alimentación y los cuidados, las publicidades refuerzan, reproducen y establecen que los cuidados son territorio femenino. Nos muestran madres sonrientes, generalmente de la clase social y grupo étnico hegemónico que se presenta como el estereotipo de mujer universal. Es decir nos muestra madres blancas, de clase media, urbana, bellas y jóvenes. Nos muestra mujeres cuya máxima felicidad se expresa en la cocina, el cuidado, las tareas del hogar y la abnegación. A pesar de estar realizando todas estas cosas, siempre aparecen bellas, delgadas y sonrientes. A estas mamás en apuros a veces las debe rescatar un tal super músculo que en un abrir y cerrar de ojos resuelve el trabajo que a ellas les hubiera tomado horas.

A partir de estas estrategias, procuran la identificación de las y los consumidores que inconscientemente reciben dos mensajes simultáneos: en primer lugar “si querés parecerte a estos modelos debes consumir tal cosa” y de manera aún más subliminal “las

mujeres hacen esto y los varones hacen esto otro” y así todos somos felices y el mundo sigue girando sin cuestionamientos.

La identificación con los **estereotipos** funciona de tal modo que nos resulta muy difícil detectar el mecanismo reproductor.

Entonces las publicidades tienen un rol fundamental en la reproducción de la división sexual del trabajo, la feminización de los cuidados y también, en la construcción de los estereotipos de belleza.

Algunas publicidades incorporan varones en alguna tarea, pero siempre con un carácter de excepcionalidad, como por ejemplo cuando dicen que “ahora los papás también cambian pañales” o bien nos muestran de manera graciosa lo difícil que resulta para un señor cocinar o realizar cualquier otra actividad doméstica.

Las publicidades de alimentos no sólo profundizan la maternidad como obligatoriedad, también instalan el uso de alimentos en la primera infancia que interfieren con la lactancia exclusiva, alimentos que producen patologías crónicas (obesidad infantil, malnutrición) pero que son presentados como emblemas de pertenencia de clase y privilegios, como objetos de deseo. Así, se publicitan alimentos hiperindustrializados como si fueran saludables y nutritivos, cuando no lo son.

Las imágenes publicitarias están por todos lados. En las revistas, en los diarios, en los afiches callejeros, en los medios de transporte, en la televisión, en internet, en nuestros celulares. Constituyen una poderosa red simbólica e imaginaria que impone la naturalización y la aceptación del mundo tal cual es. En su espejo deformante, nos reflejamos todos los días y entonces, aceptamos nuestro lugar en el mundo como si fuera “natural”. Como si fuera incluso lo que deseamos ser.

Si hablamos de publicidad no podemos dejar de mencionar lo que ocurre con las madres, que suelen ser las encargadas dentro de la familia de realizar las compras de los alimentos.

Se ha mostrado que suelen elegir productos ultraprocesados porque son demandados por los niños y niñas, como resultado de sofisticadas estrategias de marketing y publicidad de las que son destinatarios. Estas elecciones por parte de las madres se relacionan con algún tipo de recompensa o de forma de expresión de cariño hacia sus hijos o en el marco de algún festejo o de un acontecimiento importante <sup>(12)</sup>.

El mismo estudio enfatiza en que estas decisiones de compra se enmarcan en un contexto social donde las mujeres están sobrecargadas de exigencias, vinculadas al trabajo dentro y fuera del hogar. Estos consumos les permiten ver a sus hijos o hijas felices a la vez que pueden ahorrar tiempo, circunstancia conocida por la industria alimentaria a la hora de publicitar sus productos.

También se ha visto que el escaso poder adquisitivo y tiempo disponible para realizar las tareas vinculadas a la alimentación pueden actuar como barreras a la hora de elegir opciones más saludables. Esto cobra relevancia especialmente en el caso de las mujeres de menores ingresos porque son quienes dedican más tiempo a las tareas de cuidado debido a la imposibilidad de delegar estas actividades <sup>(13)</sup>.

## Lactancia Humana: km 0 de la Soberanía Alimentaria

“Imaginemos que el mundo hubiera inventado el «producto ideal» para alimentar e inmunizar a todos los bebés. Imaginemos también que ese producto estuviera al alcance de todos, que no requiriera almacenamiento ni distribución, y que ayudará a las madres a planificar sus familias y redujera al mismo tiempo el riesgo de cáncer. E imaginemos ahora que el mundo se negara a aprovecharlo”. (UNICEF)

Todas las hojas  
son del viento  
(Luis Alberto Spinetta)

Cuida bien al niño  
Cuida bien su mente  
Dale el sol de enero  
Dale un vientre blanco  
Dale tibia leche de tu  
cuerpo  
Todas las hojas son del  
viento

Los beneficios de la lactancia humana son conocidos desde el principio de los tiempos. Sólo muy recientemente la lactancia se construyó como una mercancía. Y esto fue antes del invento de los leches de fórmula.

Las relaciones de tensión y las disputas alrededor de los cuerpos con capacidad de gestar y amamantar, propias de las sociedades que desvalorizan lo femenino y los cuidados, se traducen en conflictos y dificultades que inciden en el cuidado y sostén de los procesos vitales que la especie humana requiere.

Como refiere Elizabeth Badinter <sup>(14)</sup> en su texto “¿Existe el amor maternal?”. Ya desde la época de los romanos se registran conflictos en torno a la lactancia humana. La mortalidad infantil implicada en la institución del nodrizaje mercenario\* fue desde entonces considerado un problema de estado.

Este sistema fue duramente cuestionado a fines del siglo XVIII, momento en que se estableció la idea de que la población constituye la base de la riqueza de las naciones.

La lactancia mercenaria fue una señal de alarma para el estado Francés pre y postrevolución francesa. De hecho el emblema de la revolución es la Marianne que representa a una joven y saludable mujer mostrando un pecho nutricional y pleno.

\* El sistema de nodrizaje mercenario, que se utilizó en Europa entre los siglos XVI y XVIII se trataba de un contrato para amamantar a cambio de dinero. Las principales usuarias de este sistema fueron las mujeres de la aristocracia y posteriormente de la burguesía. Implicó que las nodrizas dejaran a sus bebés con otras más económicas en una sucesiva cadena de abandonos. Fue considerada la principal causa de la gran mortalidad infantil de la modernidad.

La preocupación porque las madres sean las que amamanten a sus propios hijos se construye e instala hacia fines del siglo XVIII. Son los momentos en los que comienza la maternalización de las mujeres <sup>(4)</sup> que mencionamos anteriormente y el diseño de las primeras políticas de salud y población que toman como aliadas estratégicas a las mujeres en su rol de madres.

Filósofos como Rousseau escribieron consejos y sermones sobre maternidad y cuidados, lo cual evidencia que la lactancia humana es una construcción social y política, al igual que los cuerpos y la sexualidad.

Napoleón expresó que el rol de las mujeres francesas es el de producir ciudadanos, dejando por fuera a las mujeres de la proclama revolucionaria *libertad, igualdad y fraternidad*.

En la era victoriana, hacia fines del siglo XIX, se terminó de definir la maternidad como obligación y encierro.

A principios del siglo XX se implementaron los primeros lactarios, en la región de Buenos Aires. Se llamaron "Gotas de Leche" y su objetivo estuvo centrado en el fomento de la lactancia y el nodrizaje altruista.

La lactancia se transformó en una cuestión de estado. Esto revela también el carácter político de los cuerpos y del uso de los cuerpos.

Los resultados de la aplicación de estas políticas, sumadas a otras que introdujeron mejoras en las condiciones de vida urbana, tuvieron incidencia en un progresivo crecimiento poblacional a costa del encierro en la maternidad y de la construcción de una ciudadanía restringida para ellas.

**Luego de la segunda guerra mundial aparecieron las leches de fórmula y el escenario de la lactancia humana se transformó.** Fueron presentadas como una propuesta emancipadora que liberaría a las mujeres de la pesada carga del amamantamiento. Pero este aparente significado emancipador tiene como contracara el gigantesco negocio de la industria alimentaria y de los laboratorios que, desde el momento mismo del nacimiento, encontraron un nuevo nicho de clientes.

Las consecuencias sobre la salud infantil son ampliamente conocidas. De lo que mucho no se habla es sobre las consecuencias en términos de la soberanía corporal gestante y sobre los procesos de desconexión corporal sobre las mujeres. Eso que nos liberaría de la pesada carga de amamantar también nos alienó de nuestros cuerpos. Como diría Federici <sup>(15,16)</sup>, **tanto la maternidad obligada como las leches de fórmula son procesos de "cercamiento" sobre los cuerpos, las mujeres y la vida.**

Las leches de fórmula para lactantes, al imponerse masivamente, constituyen una de las aristas de la *mercantilización* y *medicalización* de la reproducción humana. Tienen una incidencia brutal en el deterioro de la salud de las poblaciones y del ambiente.

Para el feminismo todos los temas relacionados con la maternidad resultan problemáticos porque es allí dónde se verifica la pérdida de ciudadanía de las mujeres.

Pero es importante resignificar esto. El problema no es la maternidad sino la apropiación que de ella hacen los sistemas políticos de control social como el patriarcado capitalista, la modernidad y las sociedades civilizadas que se apoyan en la consolidación de un esquema binario y jerarquizado, cuya célula base en la desigualdad sexual.

Además, el mercado obtiene beneficios gigantescos mercantilizando algo que el propio cuerpo produce.

Cuando **la OMS decidió extender la recomendación de lactancia materna exclusiva hasta los seis meses de edad** las empresas productoras de fórmulas para lactantes pusieron el grito en el cielo.

Actualmente la legislación vigente sanciona y penaliza la publicidad de sucedáneos de la leche humana, pero las empresas encuentran el modo de sortear los obstáculos a partir de estrategias de marketing. Los nombres de estos sucedáneos son un claro ejemplo de estas estrategias que además se enlazan con los mandatos sociales que siguen responsabilizando exclusivamente a las mujeres por la salud, el cuidado y el bienestar de sus hijos.

**La lactancia humana también se ve interferida por las condiciones en las que las mujeres acceden al mercado de trabajo.** En condiciones formales, las licencias por maternidad vigentes no propician el desarrollo de una lactancia exclusiva. En condiciones informales el escenario es aún más trágico.

El mundo del trabajo remunerado no parece haber incorporado aún el reconocimiento a la centralidad del cuidado. Con relación a la lactancia son más los obstáculos que las facilidades.

En el marco del derecho a decidir sobre nuestro cuerpo y vida, debemos incorporar a la lactancia como un componente fundamental de nuestra salud sexual y reproductiva.

El acceso a una sexualidad, reproducción y crianza plenas son derechos humanos permanentemente vulnerados. Esto nos señala la urgencia de pensar en ellos más allá del derecho, como necesidades humanas imprescindibles para el logro de una nutrición y salud plenas.

*Tanto la semilla como la lactancia humana están en el grado cero de la soberanía alimentaria. El desafío consiste en poder liberarlas de la captura mercantil que opera sobre ellas.*

*Ni una ni la otra pueden ser objeto de control de laboratorios. Ni las semillas, ni la lactancia pueden ser mercancías patentadas por las empresas.*

*Es necesario recuperar cuerpos y saberes para la construcción de una sociedad más justa, más saludable y más feliz.*

## Estereotipos de belleza hegemónica: ¿Cuerpos bellos o cuerpos saludables?

Se dice de mí  
(F. Canaro - I. Pelay)

Se dice de mí  
Se dice que soy fiera  
Que camino a lo malevo  
Que soy chueca y que me  
muevo

Con un aire compadrón  
Que parezco Leguizamo  
Mi nariz es puntiaguda  
La figura no me ayuda  
Y mi boca es un buzón

Por último, vamos a incorporar dentro de este módulo la problemática que gira en torno a los **mandatos de belleza hegemónica**. Si bien se viene viendo cada vez más cómo estos mandatos recaen también sobre los varones, nos parece muy importante enfatizar en lo que ocurre con ellas, ya que, como sabemos, el cuerpo de las mujeres es el territorio en el que se inscriben las normas reguladoras socioculturales hegemónicas, históricamente construidas. <sup>(17)</sup>

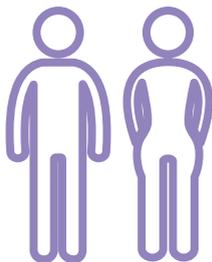
Comenzaremos por definir qué entendemos por **hegemonía**. Se trata de un concepto que han trabajado cientistas sociales como Bourdieu y Gramsci. Ellos hicieron hincapié en la idea de hegemonía cultural y su contracara, la violencia simbólica, ambas consecuencia de la dominación de una sociedad formada por individuos y grupos diversos, por parte de un grupo en particular, que logra imponer su propia cosmovisión (creencias, ideología, valores, costumbres) como “la” norma, aceptada y deseada por el conjunto de la sociedad.

Entonces, al hablar de una belleza hegemónica, nos referimos a todos los mandatos que “pesan” a la hora de pensar cuál es la imagen que está asociada a la belleza. Como ya hemos visto en otros apartados, **la belleza también es una construcción social**.

Es fácil dar cuenta de ello cuando observamos cómo se ha representado la belleza en distintas culturas y en distintos momentos de la historia.

Por ejemplo, se han encontrado estatuillas talladas en piedra durante **el paleolítico**, en las que se representaban mujeres de cuerpos voluptuosos, grandes pechos, vientres y caderas, relacionadas con la fertilidad.





En la **antigua Grecia**, las representaciones de la belleza estaban asociadas a cuerpos esbeltos y atléticos, tanto para varones como para mujeres. Podemos observar que el cuerpo de la mujer, en este caso, es relativamente similar al del varón, un poco más redondeado apenas.

En el Renacimiento encontramos, por ejemplo, el famoso Nacimiento de Venus, de Botticelli en el que representa a una joven mujer con un cuerpo blanco, esbelto y muy armónico, su piel no presenta ninguna imperfección, sus pechos son pequeños y tiene una larga cabellera rubia.

Más adelante, en el **Barroco**, la imagen de las mujeres bellas se representó de una manera diferente, como muestra la obra de Rubens ("Las tres Gracias") en la que aparecen tres mujeres con cuerpos bastante más voluminosos, aunque igual de blancos que en la obra anterior.

En el Siglo XX este cánón de belleza tuvo grandes modificaciones, pero podemos concluir que **los cuerpos bellos están asociados cada vez más a un modelo prácticamente imposible de alcanzar**. Delgadez extrema combinada con voluptuosidad de pechos y glúteos, pómulos y labios prominentes, piel blanca, cabellos rubios, a lo que se suma el mandato de la juventud eterna. Para el caso de los cuerpos masculinos, el mandato indica que deben ser sobre todo fuertes, musculosos, altos, de espaldas anchas y cintura fina.

Estas imágenes se cuelan en nuestra subjetividad desde edades muy tempranas de la vida. Aparecen en las publicidades, las películas y los juguetes. Veamos el ejemplo más emblemático:

El sitio web Rehabs (Rehabs, 2016) dedicado a trastornos de la conducta alimentaria realizó un estudio anatómico de la famosa muñeca y confirmó que sus estándares de belleza son imposibles de alcanzar: sus piernas exageradamente delgadas y pies minúsculos no le permitirían pararse o caminar; su cintura minúscula haría imposible que su caja torácica contuviera los órganos y su largo y delgado cuello no podría sostener su cabeza, algo sobredimensionada <sup>(18)</sup>.

**Es grave el contraste entre este cuerpo ideal, imposible y antinatural porque constituye una gran fuente de frustración y rechazo hacia la propia imagen corporal, y esto comienza a ocurrir desde edades muy tempranas de la vida.**

Cuando hablamos de **imagen corporal** nos referimos a la idea que se forma nuestra mente del propio cuerpo. No necesariamente hay una correlación con la apariencia física real. La preocupación excesiva por la imagen corporal no es exclusiva de nuestros días y, como venimos diciendo, está influida por factores socioculturales, biológicos y ambientales.

La presión que ejerce la sociedad, muchas veces la propia familia, para alcanzar este ideal de belleza es cada vez mayor. Un estudio realizado en niños y niñas de 9 años mostró que el deseo de tener un cuerpo más delgado, así como la motivación para seguir una dieta restrictiva, se daba en ambos sexos en todos los niveles de peso <sup>(19)</sup>. El 41% de las niñas deseaban adelgazar. Estos resultados han sido corroborados por otros estudios <sup>(20)</sup>. Con el paso de los años, esta tendencia se acentúa: mientras que el 55% de las niñas de 7 a 12 años desean estar más delgadas, en la adolescencia el porcentaje asciende hasta el 80%, a lo que se suma, en esta etapa también niveles de autoestima más bajos <sup>(21)</sup>.

Va quedando claro el peso que tienen los mandatos de belleza hegemónica sobre nuestras subjetividades. Vemos también cómo impactan en nuestra manera de vincularnos con la comida. Porque, como vimos en el Módulo N° 2, la alimentación es un hecho que va más allá de lo biológico y tiene aspectos igual de importantes, de orden social, cultural, psicológico, entre otros. **Estos mandatos de belleza se asocian a problemas de autoestima y en muchos casos, a trastornos en la conducta alimentaria.** Por ejemplo, se observó que la edad media para comenzar a hacer dieta está entre los 12 y los 14 años para chicas y chicos respectivamente <sup>(22)</sup>. Podemos ver su impacto en las elecciones alimentarias de manera diferenciada entre varones y mujeres. Los primeros suelen preferir productos de origen animal y lácteos, asociados a la ganancia de músculo mientras que las mujeres suelen preferir más verduras, frutas y menos cereales, ya que buscan bajar peso <sup>(23)</sup>.

Nos parece muy relevante visibilizar las violencias a las que las personas (especialmente mujeres) con cuerpos gordos se deben enfrentar todos los días. Los niveles de violencia a la que están expuestas las personas gordas son difíciles de imaginar si no se habitan esos cuerpos.

Mencionaremos la discriminación que sufren a la hora de comprar ropa y la dificultad para conseguir talles. Destacamos la sanción de la Ley 27.521 reglamentada recién en 2021. Establece la aplicación obligatoria en todo el país del Sistema Único Normalizado de Talles de Indumentaria, basados en los resultados de un estudio antropométrico que se está realizando en estos momentos, para la fabricación, confección, importación y comercialización, tanto presencial como digital, de indumentaria.

Por otra parte, también queremos visibilizar lo que ocurre cuando las personas gordas, especialmente las mujeres, asisten a la consulta médica. Enfrentan experiencias de patologización de sus cuerpos porque las y los profesionales de la salud suelen tener una mirada centrada ante todo en el peso corporal e inscripta dentro del marco de un discurso de “epidemia de obesidad” <sup>(24)</sup>. Muchas veces las y los profesionales de la salud asumen que todos los problemas médicos se

derivan o relacionan con el peso corporal y también responsabilizan a las y los personas por ello, como si fuera una cuestión de falta de voluntad o de autocontrol, cuando en realidad se trata de algo mucho más complejo, como hemos visto en los módulos anteriores.

A esta altura no podemos omitir lo que la antropóloga Patricia Aguirre propone en uno de sus más importantes trabajos. Afirma que en la actualidad existen “**cuerpos de clases**” y hace referencia a lo que ocurre con la alimentación en la pobreza: se consumen alimentos rendidores, baratos, con alto contenido calórico y baja calidad nutricional. Además, se valora más la posibilidad de tener un cuerpo fuerte, que permita afrontar el trabajo del día a día. Todo ello lleva a que en estos grupos la doble carga de la malnutrición impacte con más fuerza. Ella los llama los “gordos de la escasez”<sup>(25)</sup>. Hecha esta aclaración, queremos remarcar que no siempre un cuerpo gordo es sinónimo de un cuerpo enfermo, el peso es un parámetro pero el desequilibrio metabólico constituye un cuadro clínico complejo. Es necesario que todas y todos ampliemos nuestra mirada hacia un paradigma de diversidad corporal. De hecho, desde el **activismo gordx** se busca discutir estos imperativos y hablar de la gordura en términos de derecho en lugar de enfermedad, como modo de hacer frente la violencia promovida en nombre de la salud <sup>(26)</sup>.

*Si la belleza es una construcción social, entonces la podemos deconstruir y armar de nuevo: una belleza que emerja de una sociedad que no discrimine, que valore lo diverso, la salud y el bienestar, que promueva la soberanía desde el primer territorio, que es el propio cuerpo y que nos libere de las preocupaciones por alcanzar un modelo imposible y opuesto a la posibilidad de gozar de buena salud.*

## Bibliografía

1. Hartmann, H. La familia como lugar de lucha política, de género y de clase: el ejemplo del trabajo doméstico. Cambios sociales, económicos y culturales. Argentina: FCE; 2000.
2. Bidegain, N. y Calderón, C. Los cuidados en América Latina y el Caribe.[Internet] CEPAL, Santiago de Chile; 2018. [Consultado 3 de noviembre de 2021]. Recuperado de: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/44361-cuidados-america-latina-caribe-textos-seleccionados-2007-2018>
3. Faur, E. El cuidado infantil en el Siglo XXI. Siglo Veintiuno Editores Argentina S.A. Buenos Aires; 2014.
4. Nari, Marcela. Políticas de Maternidad y Maternalismo Político. Editorial Biblos. Buenos Aires; 2004.
5. Rodríguez Enriquez, C. Economía del cuidado, equidad de género y nuevo orden económico internacional. En publicación: Del Sur hacia el Norte: Economía Política; 2007
6. Carrasco, Cristina; Borderías, Cristina y Torns, Teresa. El trabajo de cuidados. Recuperado del Programa Regional de Formación en Género y Políticas Públicas. (PRIGEPP); 2001.
7. Benería, L. Crisis de los cuidados, migración internacional y políticas públicas. El trabajo de cuidados. Carrasco, Borderías y Torns (eds). Recuperado del Programa Regional de Formación en Género y Políticas Públicas. (PRIGEPP); 2012.
8. Fischler, C. El (h)omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo. [internet]. Barcelona, Anagrama; 1995.[Consultado el 3 de noviembre de 2021]. Recuperado de: [https://www.academia.edu/11815749/El\\_H\\_omnivor](https://www.academia.edu/11815749/El_H_omnivor)
9. Murcott, A. "Cooking and the cooked: A note on the domestic preparation of meals", en: Murcott, A. (ed.), The Sociology of Food and Eating, Aldershot, Gower; 1983
10. Ministerio de Economía de la Nación. Los cuidados, un sector económico estratégico Medición del aporte del Trabajo doméstico y de cuidados no remunerado al Producto Interno Bruto. [Internet]. 2020. [Consultado el 2 de noviembre de 2021]. Recuperado de: [https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/los\\_cuidados\\_-\\_un\\_sector\\_economico\\_estrategico\\_0.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/los_cuidados_-_un_sector_economico_estrategico_0.pdf)
11. Carrasco, Cristina. (2003): La sostenibilidad de la vida humana: ¿Un asunto de mujeres?, en: En Mujeres y trabajo: cambios impostergables.

Biblioteca Virtual CLACSO. [Internet].2003.[Consultado el 27 de noviembre de 2021]. Recuperado de: <https://filadd.com/doc/2carrasco-pdf-analisis-de-la-realidad-argentina>

12. Castronuovo, L. et al. Las madres y la publicidad de alimentos dirigida a niños y niñas: percepciones y experiencias". Revista Salud Colectiva ISCO UNLA, Lanús.[Internet]. 2016.[Consultado el 3 de noviembre de 2021]. Recuperado de: <http://revistas.unla.edu.ar/saludcolectiva/article/view/928>

13. Outley c, taddese A. A content analysis of health and physical activity messages marketed to african american children during after-school television programming. Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine. 2006 ;160(4):432-435.

14. Badinter Elizabeth. ¿Existe el amor maternal? Historia del amor maternal.Siglos XVII al XX. [Internet] Barcelona: Paidós-Pomaire; 1981. [Consultado el 3 de noviembre de 2021]. Recuperado de: <https://kolectivoporoto.cl/wp-content/uploads/2015/11/Badinter-Elizabeth-Existe-el-amor-maternal.-Historia-de-la-maternidad-siglo-XII-al-XX.pdf>

15. Federici, Silvia. Calibán y la bruja. Mujeres, cuerpo y acumulación originaria. [Internet]. Buenos Aires:Ediciones Tinta Limón; 2010, 2015. [Consultado el 20 de octubre de 2021]. Recuperado de: <https://www.traficantes.net/sites/default/files/pdfs/Caliban%20y%20la%20bruja-TdS.pdf>

16. Federici, Silvia. El Patriarcado del Salario. [Internet]. Buenos Aires: Ediciones Tinta Limón;2018.[Consultado el 23 de octubre de 2021]. Recuperado de: [https://proletarios.org/books/Federici-El\\_patriarcado\\_del\\_salario.pdf](https://proletarios.org/books/Federici-El_patriarcado_del_salario.pdf)

17. Romina Besada y Maria Eugenia Farbo. Los "cuerpos modelo" y sus efectos en el ámbito de la salud. En: X Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires 2013. <https://cdsa.aacademica.org/000-038/711.pdf>

18. Ibarra, A. Barbie cambia de cuerpo por primera vez en medio siglo. Economía y Negocios. [Internet].2016. [Consultado 3 de noviembre de 2021]. Recuperado de: <http://www.economiaynegocios.cl/noticias/noticias.asp?id=222205>

19. Hill AJ, Robinson A. Dieting concens have a functional effect on the behaviour of nine-year old girls. Brit J Clin Psychol 1991; 30 (Pt 3): 265-7.

20. Vaquero-Cristóbal, R., et al. Imagen corporal: revisión bibliográfica. Nutrición Hospitalaria 2013; 28(1), 27-35

21.Maloney MJ, McGuire J, Daniels SR, et al. Dieting behaviour and eating attitudes in children. Paediatrics 1989; 84: 482-9.

22. Acosta MV, Gómez G. Insatisfacción corporal y seguimiento de dieta. Una comparación transcultural entre adolescentes de España y México. *Int J Clin Health Psycho*. [Internet]. 2003 [Consultado el 28 de octubre de 2021]; 3 (1): 9-21. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/337/33730101.pdf>
23. Nayeli M, Díaz C, Gómez BL, et al. Percepción de la imagen corporal, consumo de alimentos y actividad física en estudiantes de un colegio de bachilleres. *Rev Esp Nutr Comun*. [Internet]. 2006 [Consultado 29 de octubre de 2021]; 12(3): 161-71. Recuperado de: [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/Percepcion\\_d\\_la\\_imagen.pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/Percepcion_d_la_imagen.pdf)
24. Devine, B., Lareo, A. La patologización del cuerpo de mujeres gordas en la consulta clínica. *Revista de Estudios y Políticas de Género. UNTREF* [Internet]. 2020. [Consultado el 20 de octubre de 2021]; vol.4, pp.125-139. Recuperado de: <https://revistas.untref.edu.ar/index.php/ellugar/article/view/688/691>
25. Aguirre, P. *Ricos Flacos y Gordos Pobres. La alimentación en crisis*. Buenos Aires: Capital Intelectual; 2010.
26. Kohan, Maria Carolina. El imperativo de delgadez como forma de violencia sobre los cuerpos: un diálogo posible entre el psicoanálisis y el activismo gordo. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires 2020. <https://www.aacademica.org/000-007/483>

## Bibliografía ampliatoria:

Los cuidados, un sector económico estratégico. Medición del aporte del Trabajo Doméstico y de Cuidados no Remunerado al Producto Interno Bruto [https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/los\\_cuidados\\_-\\_un\\_sector\\_economico\\_estrategico\\_0.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/los_cuidados_-_un_sector_economico_estrategico_0.pdf)

El valor del trabajo doméstico no remunerado. TV Pública. <https://www.youtube.com/watch?v=ZPIa1pOvUel>

Eso que llaman amor es trabajo no pago <https://www.youtube.com/watch?v=vXWtw-FRAOk>

Cuerpos, ideales de belleza y alimentación <https://www.youtube.com/watch?v=mlylCzXc94w&t>

<https://www.bellamente.com.ar/>

Semana de la Lactancia, Ministerio de Salud de la Nación <https://www.youtube.com/watch?v=cZYqilSGL9A&t>

Gabriela Bauer, Semana de la Lactancia.TV Pública.<https://www.youtube.com/watch?v=HYA0znFtcvY>

“Hermana soltó la panza”. Proyecto Mujeres que no fueron tapa.

<https://mujeresquenofuerontapa.com/>

Gordofobia, cuando mostrar el cuerpo es una revolución. <https://www.youtube.com/watch?v=U5GSeElhmJE>

John Berger, Modos de Ver [https://www.youtube.com/watch?v=X\\_INBC\\_ijiQ&list=PL0TcZ7miQOsATGmGiKkVfUaWzPickw1MH&index=4](https://www.youtube.com/watch?v=X_INBC_ijiQ&list=PL0TcZ7miQOsATGmGiKkVfUaWzPickw1MH&index=4)

# ACTIVIDADES

## Objetivos

- Propiciar la reflexión respecto a los motivos de la invisibilización y desvalorización de los Trabajos de Cuidados y sus consecuencias a nivel individual y social.
- Promover la comprensión respecto al verdadero valor social de los Trabajos de Cuidados.
- Generar una instancia propicia para el debate e intercambio para comprender la relación entre los Trabajos de Cuidado y la posibilidad de una alimentación Sana, Segura y Soberana.
- Fomentar la reflexión respecto a los mandatos sociales que “pesan” sobre los cuerpos y cómo estos son contrarios a la promoción de la salud.
- Generar una instancia para la creación de propuestas transformadoras que tiendan a revertir las desigualdades de género relacionadas con los cuidados, la alimentación y los cuerpos.

## Actividad 1

### Presentación

Se invitará a las personas que participen del taller a que recuerden juegos, juguetes, canciones, programas de TV, películas de su infancia. Alguien tomará nota de todo lo que vaya surgiendo.

Se puede utilizar la siguiente canción como disparadora:

*Arroz con leche, me quiero casar  
Con una señorita de San Nicolás  
Que sepa coser, que sepa bordar  
Que sepa abrir la puerta para ir a jugar  
Yo soy la viudita del barrio del rey  
Me quiero casar y no sé con quién  
Con esta sí, con esta no  
Con esta señorita me caso yo  
Arroz con leche, me quiero casar*

## Desarrollo de la actividad

En pequeños grupos, se pedirá a lxs participantes que busquen detalles en los que a través de ese juego, canción, juguete, película, etc... se estuviera transmitiendo un mensaje que fomente desigualdades de género. Por ejemplo, el uso desigual del espacio (público-privado), de las posibilidades de los cuerpos, de las capacidades y la creatividad entre varones y mujeres.

## Cierre

Entre todxs se pondrán en común las conclusiones de cada grupo, se buscarán puntos en común. Se fomentará la reflexión respecto a los siguientes interrogantes: ¿Creen que estos “dispositivos” tuvieron impacto en la construcción de su propia identidad como varones/ mujeres? ¿Habrá sido igual ese impacto en las personas que hoy pertenecen a la comunidad LGBTIQ+? ¿Qué creen que ocurre con las infancias de hoy en día con respecto a estas cuestiones?

Compartir “**La nueva versión del Arroz con leche**”

*Arroz con leche yo quiero encontrar  
a una compañera que quiera soñar  
Que crea en sí misma y salga a luchar  
por conquistar sus sueños de más libertad  
Valiente sí, Sumisa no  
Feliz, alegre y fuerte ¡Te quiero yo!*

¿Se les ocurren propuestas que podrían servir para mejorar la situación?

## Actividad 2

### Presentación

Se pedirá a las personas que asistan al taller que piensen en publicidades de productos de limpieza, electrodomésticos del hogar, productos de cocina y alimentos. Se hará una lista de las mismas.

### Desarrollo de la actividad

En pequeños grupos van a elegir alguna de ellas y a analizar: ¿Qué personajes aparecen? ¿Cómo es el aspecto físico, emocional, psicológico, de status de cada uno/a? ¿Cuál es el mensaje principal que transmite? ¿Cuáles son los mensajes que subyacen al que aparece como más evidente?

## Cierre

En plenario se pondrán en común las reflexiones de cada grupo, se buscarán elementos en común entre todas ellas. Se hará hincapié en analizar qué ocurre con las tareas de cuidado, la división sexual del trabajo, los estereotipos de género, clase y de belleza hegemónica. Por último, se propondrá al grupo que piense cómo les gustaría que fueran las publicidades del futuro. Se puede pensar en publicidades que fomenten la salud, la igualdad y equidad de género, la no discriminación y el reconocimiento de todas las identidades, que protejan a las infancias, etc.

## Actividad 2 BIS

Lo único que cambia es la presentación. Se muestran las siguientes imágenes. Luego se desarrolla la actividad igual que se describe anteriormente.



## Actividad 3

### Presentación

Se invitará a las personas que estén participando del taller a que busquen imágenes de personas amamantando en diferentes ámbitos :

### Desarrollo de la actividad

Se repartirá una imagen por grupo y se propondrá que:



- Pongan un título a la imagen
- Escriban un relato en el que cuenten qué está ocurriendo, cómo se llegó a la situación que muestra la imagen, qué está pasando por la cabeza de las personas que aparecen allí.
- Escriban una conclusión que contenga el siguiente fragmento: “para que haya soberanía alimentaria”.

### **Cierre**

En plenario se pondrán en común los trabajos de cada grupo y se buscará profundizar la reflexión sobre el valor simbólico, material, social, personal, afectivo, psicológico, etc. de la lactancia humana como parte de algo más amplio: el Derecho a la Alimentación y la Soberanía Alimentaria.

## **Actividad 4**

### **Presentación**

Se invitará a que lxs participantes respondan las siguientes preguntas:  
¿Cuáles son los mandatos que más “pesan” sobre sus cuerpos?  
¿Cuándo fue la primera vez que los sintieron? ¿Cómo creen que surgieron?

### **Desarrollo de la actividad**

Para realizar esta actividad se necesitarán dos sillas. Se invita a que un participante coloque las sillas a la distancia que considere que es igual al ancho de su cuerpo. Luego de esa acción, deberá pasar por el medio de las sillas. Se repetirá esta acción con todxs lxs participantes.

### **Cierre**

Se pondrán en común las experiencias. ¿Qué ocurrió en la mayoría de los casos? El espacio entre las sillas ¿Fue justo? ¿Fue excesivo? ¿Quedó chico?

Se invitará a la reflexión en torno a las siguientes preguntas: ¿Cómo es la imagen corporal que cada unx tiene de sí mismx? ¿Coincide con la realidad (al pasar entre las sillas)?

Finalmente, se propondrá que reflexionen sobre la siguiente frase “*Si para ser bella hay que ver las estrellas, entonces el trastorno es de la belleza*”

# Actividad 5

## Presentación

Se invitará a que lxs asistentes recuerden las tareas domésticas que realizaban sus abuelas. Se pedirá que profundicen en los detalles de todo lo que hacían esas mujeres de antes. Luego, se buscará que hagan lo mismo con las tareas que hacían sus madres y, finalmente, con las que hacen ellxs mismxs actualmente. Alguien irá llevando un registro de todo lo que surja.

## Desarrollo de la actividad

En pequeños grupos se pedirá que analicen qué cosas fueron cambiando a lo largo de los años y que repercutieron en el trabajo que se hacía y se hace dentro de los hogares.

Se hará especial énfasis en analizar la cantidad de tiempo que se destinaba y que se destina actualmente a las tareas de cuidado.

## Cierre

Se pondrán en común las reflexiones de cada grupo. Se abrirá un espacio de debate y se hará hincapié en que se pase por los siguientes ejes:

¿Cuánto vale el trabajo que se hacía y que se hace dentro del hogar? Si ese trabajo no lo hace la abuela o la madre ¿Quién lo hace? ¿Se puede comprar hecho? ¿Es lo mismo? ¿Qué pasa con los varones a todo esto?

¿Qué pasa cuando las mujeres tienen que salir a trabajar fuera de la casa? ¿Hay en la actualidad mecanismos comunitarios que ayuden a resolver estos casos?











## Secretaría de Inclusión Social

Av. 9 de Julio 1925 - Piso 16º

Tel: 0800-222-3294

[pnsa@desarrollosocial.gob.ar](mailto:pnsa@desarrollosocial.gob.ar)



Reconstrucción  
argentina



Ministerio de  
Desarrollo Social  
Argentina