

EL AZÚCAR Y LO DULCE. UNA VISIÓN ANTROPOLÓGICA

Carmen Luisa Ramos Acosta

El azúcar es un alimento consumido por el hombre desde la Antigüedad, y de manera general se ha concebido como una sustancia blanca, pura y dulce, siendo esta última cualidad de sabor, el dulzor, la que en mayor medida ha determinado su lugar en la historia de la alimentación, si bien, al analizar los diferentes usos, se puede observar cómo las cualidades asociadas a ellos han ido cambiando según el devenir histórico. Así por ejemplo, en los inicios de su consumo, en La India se le atribuyeron cualidades curativas que subsistieron en el imaginario de los consumidores durante muchos siglos. Posteriormente, en la Edad Media, fue cuando al uso medicinal se le añadió el uso como especia, hecho que permitió el paso del azúcar de las boticas a las cocinas, comenzando entonces una nueva etapa de uniones y combinaciones con otros alimentos, al igual que nuevas formas de elaboración y presentación.

Durante los siglos xv y xvi el consumo de azúcar se fue extendiendo entre las clases con altos ingresos, que eran las que podían adquirir productos exóticos, afianzando su categoría de especia y la capacidad de marcar distinción social. Pero a medida que aumentaba la producción y disminuían los precios, el azúcar se convirtió en un alimento común y de fácil acceso para todos los extractos sociales, perdiendo entonces su área de distinción y pasando a ser un alimento frecuente en las cocinas de todas las clases sociales, hecho que originó un proceso de intensificación de los antiguos usos y una extensificación a través de los nuevos usos.

Los cambios respecto al aumento de la disponibilidad y el aumento del consumo, acaecidos en los siglos xviii y xix, produjeron cambios en la percepción social y en los usos, y, en este sentido es como se entiende el vulgarismo del azúcar ocurrido en el siglo xix, cuando se produjo un cambio de clase en relación a su consumo. Y es que, en los inicios, el azúcar fue consumido por las clases altas de la sociedad como un signo de distinción social, pues se le había incluido en el grupo de alimentos que exigían el uso de códigos sociales, reglas y conductas, como signo de distinción, y que a través de su consumo marcaban diferencia respecto a otros extractos sociales, preservando así la identidad y estatus de clase alta. Pero cuando el azúcar se volvió un alimento común y fue adoptado por todos los extractos sociales perdió el área y papel de distinción, adoptando nuevas formas y usos, que en opinión de Fischler “It can also produce favourable ground for new ideological biases to develop” (Fischler, 1987, p. 87).

Además, a finales del siglo xviii y principios del xix, la inclusión del azúcar en la dieta de gran parte de la población trabajadora supuso el reemplazo de los carbohidratos complejos, como los cereales, por este carbohidrato simple que comenzó a añadirse a bebidas y comidas, pues para la mayor parte de la población europea, hasta finales del siglo xvii, la alimentación era limitada y poco variada, siendo los granos la base de la misma que a su vez se complementaban con las producciones locales. Este modelo alimentario perduró hasta que el azúcar comenzó a ser un alimento cotidiano, iniciándose entonces un proceso de transformación que se ha entendido como una modernización de la sociedad (Mintz, 1996).

Estos cambios en los patrones dietéticos y de consumo que tuvieron lugar en los siglos XVIII y XIX en Europa no fueron fruto del azar, sino una consecuencia de la situación de la economía mundial existente en esa época basada en las relaciones asimétricas entre las metrópolis y las colonias, y en unas estructuras productivas y de distribución, tanto técnicas como humanas, características del capitalismo moderno (Mintz, 1996).

Los anteriormente citados procesos de intensificación y extensificación, en torno a los usos del azúcar, también se vieron reforzados en el siglo XIX con el desarrollo de la industria alimentaria, que dio lugar al paso del azúcar de las cocinas a las fábricas, hecho que supuso una nueva etapa de unión y combinación con otros productos, pues gracias a sus cualidades orgánicas, este producto se convirtió en un ingrediente importante para la industria de la alimentación, que introducirá en el mercado nuevos alimentos para el consumo, en los cuales el azúcar será un ingrediente más o menos notorio, comenzando entonces la etapa de invisibilidad. De esta forma el azúcar siguió estando presente en la alimentación y en consecuencia perpetuando la apetencia por lo dulce.

Pero a partir de 1980, nuevos discursos basados en sus propiedades orgánicas llevarán a la industria química al desarrollo de edulcorantes liberados de las “calorías vacías” que se le atribuían a la sacarosa, iniciándose un nuevo cambio que comienza con la pérdida, por parte del azúcar, de puestos en la industria de la alimentación y en las cocinas, donde se realizará el reemplazo a favor de los edulcorantes. Estos acontecimientos dieron lugar a que los productos “light”, “libres de azúcar” o “bajos en calorías” comenzaran a competir en el mercado con los tradicionales alimentos elaborados con sacarosa. También favoreció el consumo de productos “light” las nuevas construcciones de cuerpos sanos, delgados y jóvenes, difundidas por los mass-media y avaladas por los especialistas de la salud. Todo ello originó una fuerte competencia en cuanto a las marcas, y estableció una línea divisoria entre “nosotros” los consumidores de productos light como símbolo de distinción y modernidad, y “los otros” que continúan tomando la tradicional sacarosa.

Como se ha comentado, el desarrollo de la industria alimentaria llevó a añadir azúcar como un ingrediente más en la elaboración de los alimentos procesados, suscitando la expansión de lo dulce en la dieta. Sin embargo, cuando desde las ciencias de la salud se empezó a plantear la importancia de la calidad de la comida sobre la cantidad, el consumo de azúcar apareció como un problema nutricional por la falta de minerales y vitaminas, además de los daños que causaba en la salud, pasando entonces el azúcar a la categoría de alimento pobre, llegándose incluso a cuestionar su consumo. Las posiciones en contra del azúcar, en la segunda mitad del siglo XX, se intensificaron a través de numerosas publicaciones, entre las que se encuentra el libro *Sugar Blues*, escrito por Dufty en 1975, donde el autor realizó un compendio de los efectos perversos del azúcar y de las enfermedades que producía su consumo.

Para este autor la blancura y pureza del azúcar admiradas en el siglo XVI y XVII adquirirán en la actualidad un significado opuesto, considerándose que el refinado químico al que se somete el azúcar de caña y de remolacha es similar al de la morfina y la heroína. En este sentido Dufty, al comparar la blancura del azúcar con la morfina y la heroína, dice que para él “[...] la diferencia entre la adicción al azúcar y la adicción a los narcóticos es de grado” (Dufty citado en Fischler 1987, p. 89). Ante ello, Fischler considera que, en gran medida, la blancura y la pureza han marcado el destino del azúcar, y así en la actualidad el azúcar es puro, blanco y mortal; y en cambio, a la miel se la considera más natural y menos desprovista de contenidos nutritivos. Esta inversión del fenómeno implica una división del mundo en la cual la naturaleza ya no es mirada como incómoda y amenazadora, algo que, en cambio, sí

ocurre con la tecnología, planteamiento que podría considerarse como una reminiscencia del culto Rousoniano a la naturaleza.

Este modelo de la adicción proviene del moderno conflicto entre la ética y el placer, y así se refleja en el libro *Sugar Blue*, donde Dufty habla de la adicción como el inicio al pecado. Actualmente la adicción continúa formando parte de los contemporáneos discursos en contra del azúcar, encontrándonos ante una moderna sacarofobia (Fischler, 1987, p. 89).

La influencia de estos discursos ha dado lugar, con el paso del tiempo, a una transición en la concepción del azúcar, que ha adquirido un estigma negativo. Por otra parte, se observa cómo los discursos en su contra conviven con las construcciones sociales que perciben lo dulce como gratificante, y así se considera una expresión de solidaridad o aceptación social el compartir alimentos dulces como por ejemplo regalar pasteles, bombones, golosinas, etc.

Pero la realidad es que lo que parece haber cambiado es la forma de tomar azúcar, pues se ha dejado de tomar el azúcar en paquete, para consumirse a través de la ingesta de alimentos y bebidas que lo llevan incorporado. Y es que alrededor del azúcar se han desarrollado industrias específicas de manufactura de alimentos, confitería, golosinas, bebidas, etc., productos todos ellos que contienen como ingrediente fundamental el azúcar, gracias a que sus cualidades orgánicas le permiten diferentes usos a través de las industrias alimentarias.

Los párrafos anteriores nos muestran cómo la versatilidad del azúcar la ha llevado a estar presente en un gran número de alimentos y cocinas, cómo ha cambiado el patrón de ingestión de lo dulce a la vez que se extendía el uso de la sacarosa como no endulzante y se empleaban otros productos en su lugar. Todo ello refleja cómo a pesar de la moderna sacarofobia el azúcar sigue estando muy presente en lo que la gente come, “somos lo que comemos”, pero en opinión de Mintz, lo que comemos nos viene impuesto por las fuerzas que organizan, orientan y dirigen los consumos (Mintz, 1996, p. 267).

Esta persistencia del azúcar en la alimentación lleva a plantear los siguientes interrogantes: qué ha llevado a lo dulce a ser un sabor tan deseado, en base a qué razón las prácticas culturales han intensificado la predilección por lo dulce o cómo el gusto por lo dulce ha llevado a diversificar e intensificar las prácticas de consumo.

Al indagar sobre estos aspectos se observa cómo los discursos en torno al azúcar y lo dulce, que han sido analizados desde las ciencias sociales, giran principalmente en torno a dos tesis: la primera referida al carácter innato de la apetencia por lo dulce y la segunda al carácter adquirido.

Ante esta disyuntiva se han posicionado diferentes autores como Jesús Contreras, para quien la preferencia por lo dulce es innata en los mamíferos, incluido el hombre, constituyendo un carácter adaptativo positivo (Conteras, 1993, p. 21).

También Mintz optó por el carácter innato de la preferencia por lo dulce, pues en su opinión si todas las sociedades conocidas identifican lo dulce “[...] alguna parte de lo dulce tiene que estar vinculada con nuestro carácter como especie” (Mintz, 1996, p. 27). Y es que para este autor los datos reflejados en los estudios transculturales muestran que esta predilección está muy difundida, considerando ante ello más que probable la existencia de una predisposición innata hacia este sabor.

En la misma línea, para Rozin (1995) la preferencia innata por lo dulce esta determinada genéticamente y se ha transmitido como valor adaptativo al igual que la aversión por los alimentos amargos, que también es innata. Además, según Rozin se sabe muy poco de cómo los niños adquieren el contexto de las reglas culinarias del uso del azúcar u otras sustancias que son propias de la cocina en la que se han socializado. En este interés de conocer cómo se adquiere el contexto y significado de lo dulce, Beauchamp y Moran (1984) observaron cómo los niños con pocos años eran capaces de distinguir el azúcar en diferentes contextos, pero les llevaba tiempo aprender cuál era el contexto apropiado para usar el azúcar, por ejemplo, si les gustaba la pizza y también les gustaba el chocolate, entonces entendían que la mezcla de las dos cosas también les iba a gustar.

La preferencia por lo dulce y el rechazo de lo amargo, en opinión de Rozin (1987, p. 101), es común en muchas especies, pues en la naturaleza el dulzor se asocia con las frutas maduras y con la producción de energía y en cambio el sabor amargo de muchas plantas se asocia con la presencia de toxinas. Pero ante estos planteamientos no se puede deducir que en la naturaleza el sabor dulce sea sinónimo de nutritivo y que el que no lo tenga sea lo contrario, pues de ser así se estarían relacionando las cualidades sensoriales de la comida con las consecuencias que aparecen cuando se ha ingerido.

En torno al gusto por lo dulce Messer (1995) recoge las aportaciones de Glauder (1982), para quien el gusto por lo dulce es innato y es, además, lo que determina los tipos y partes de alimentos que son comestibles. Pero para Booth (1982), por encima del código biológico está la capacidad de los individuos de aprender la combinación ventajosa y nutritiva, y es en base a lo aprendido que se transmite el carácter comestible de un producto. En este sentido Jerome (1977) (citado en Mintz 1996, p. 41) plantea que las experiencias tempranas con lo dulce tal vez afecten a la tolerancia y las preferencias posteriores por concentraciones de dulzura. Barthes (1975), al respecto, vinculó lo dulce con placer y lo amargo con rechazo, además relacionó las preferencias con las cualidades de los alimentos, estableciendo en base a esta relación la posición simbólica entre “crujientes, duros y ásperos” y “suaves, blandos y dulces”, entendiéndolo que el sentido de estas construcciones simbólicas reside en clasificar a los alimentos en comestibles o incomedibles. También Barthes (1975) relacionó las preferencias con las clases sociales, destacando las preferencias de las clases bajas por los sabores extremadamente dulces y fuertes.

En torno a las preferencias humanas DeSnoo (1937) ahonda mucho más, planteando que el hombre experimenta lo dulce desde la etapa fetal. Y en esta misma línea de observación Jerome (1977) señaló que la leche materna es dulce y que a los bebés en todos los hospitales se les inicia en la tolerancia alimentaria con suero glucosado,¹ pues parece ser que los bebés aceptan mejor la dilución de glucosa que el agua sola (citados en Mintz, 1996, p. 43).

También Roseberry (1982) defiende el carácter innato de la preferencia por lo dulce, planteando que es adquirido en una etapa muy temprana de la vida y es independiente de la experiencia (citado Mintz, 1996, p. 41). En cambio, como recoge Mintz, para el nutriólogo Norge Jerome “[...] los alimentos ricos en sacarosa forman parte de las experiencias de aculturación tempranas de los pueblos no occidentales en muchas áreas del mundo” (Mintz, 1996, p. 41).

Al análisis del azúcar y lo dulce, Claude Fischler (1987) introduce el estudio del azúcar desde la construcción de los usos (como medicina, especie, edulcorante, etc.). También aborda los cambios de actitud respecto al azúcar y lo dulce, comentando el proceso de

representación de estos cambios en relación a cómo aparecen las actitudes contemporáneas, las primeras modas y corrientes sociales, creencias, opiniones y conocimientos, y así por ejemplo cuenta cómo en el XVIII convivían posiciones encontradas entre los enciclopedistas, que asociaban el azúcar con lo natural, exótico e idílico por un lado, y por otro con la modernidad y el progreso (Fischler, 1987, p. 86).

Este autor también refiere cómo la asociación entre lo dulce y el placer difieren en la actualidad, pues mientras se asiste a una mayor tolerancia en torno al placer sexual lo dulce aparece como menos permisivo, situación inversa a lo ocurrido en el pasado. Y es que la moderna sacarofobia ha llevado a identificar lo dulce como peligroso y adictivo (Fischler, 1987).

En el análisis sobre el azúcar, Mintz trató de averiguar por qué lo dulce ha sido un sabor tan deseado, se cuestionó qué era lo que había sucedido para que no sólo se mantuviera el consumo de azúcar durante más de cinco siglos, sino que incluso fuera en aumento. Y al examinar esta evolución Mintz va a expresar que “[...] el consumo debe explicarse en términos de lo que la gente hizo y pensó: el azúcar permeaba el comportamiento social y, cuando tuvo nuevos usos y cobró nuevos significados, se transformó de curiosidad y lujo en artículo común y necesario” (Mintz, 1996, p. 27).

El análisis de la producción y el consumo de azúcar llevó a Mintz a plantear que las relaciones mantenidas entre las metrópolis y las colonias, y las estructuras de producción y distribución que se desarrollaron en torno al azúcar, como fueron la esclavitud y los impuestos establecidos por el gobierno inglés sobre este producto, originaron que los ingleses se convirtieran en los mayores consumidores de azúcar del mundo y que se vinculara el azúcar a las bebidas estimulantes (té, café y chocolate), dando lugar estos procesos al desarrollo de una economía mundial como base del capitalismo moderno y a importantes cambios dietéticos y de consumo que se fueron produciendo desde el siglo XVII hasta el XIX. De forma que “el azúcar refinado se volvió, así, un símbolo de lo moderno y lo industrial. Pronto fue visto como tal, y penetró en una cocina tras otra, acompañado o siguiendo la *occidentalización*, la *modernización* o el *desarrollo*, [...]” (Mintz, 1996, p. 246). Detectándose, en este sentido, que en la medida que fue cambiando la posición de la sacarosa en la vida social, también fue cambiando su lugar en la historia de las relaciones de las metrópolis con sus colonias. Y así, en los inicios de su consumo, la sacarosa procedía de lugares distantes, después las metrópolis fueron adquiriendo colonias donde producir azúcar implantando un sistema mercantil que enriquecía a las clases comerciantes, financieras y al estado, estimulando el consumo de las manufacturas nacionales y de los productos de sus colonias a la vez que aumentaba la participación del mercado en su entorno, pasándose posteriormente del proteccionismo colonial al libre mercado, hecho que ocurrió cuando comenzó a extenderse el azúcar de remolacha.

El análisis de Mintz sobre la introducción del consumo de sacarosa en Inglaterra también muestra los cambios en la jornada laboral, cambios en la división sexual del trabajo, en los tiempos para preparar alimentos, y en el tiempo destinado a comer.

Estos cambios en la alimentación se produjeron de manera simultánea a las transformaciones laborales acaecidas en el sistema fabril del siglo XIX, que se caracterizaron por un nuevo concepto del trabajo y el tiempo, pues se trataba de ahorrar tiempo y dinero con el fin de obtener un mayor beneficio. Todas estas transformaciones laborales repercutieron en lo

que la gente comía y cómo lo comía, pues en el nuevo contexto la elección de los alimentos se hará según el tiempo disponible y no sólo en términos de costos relativos. Y es que en esta época el combustible suponía un costo importante en la economía familiar, de forma que el alimento que ahorraba en este desembolso sería más atractivo. A ello se añade la nueva división del trabajo en la familia, pues las mujeres se habían incorporado al trabajo productivo fuera del hogar, con unos horarios laborales que no permitían coincidir el horario de la comida en la fábrica con el horario de la comida en los colegios. Esto originará un cambio en el contenido de la comida de mediodía, que pasará de ser caliente a ser fría y más ligera; también cambiarán los desayunos y cenas, que serán a base de pan y mantequilla, pasando la mantequilla, a mediados del siglo XIX, a ser reemplazada por la mermelada, que para entonces era más barata (Mintz, 1996, pp. 175-177).

Estos cambios en la percepción del tiempo fueron tan importantes como los cambios en la jornada de trabajo, pues el tiempo de comer se tendrá que adaptar a una unidad de tiempo determinada por el trabajo, en lugar de ser la comida la que determine el tiempo necesario para ello. De manera que a partir de entonces las condiciones de trabajo determinan el tiempo que les queda a los trabajadores para sí mismos. En relación a ello el citado autor comenta que “[...] la programación de acontecimientos y rituales por parte de la clase trabajadora británica cambió radicalmente cuando se popularizó el azúcar, pero la investigación al respecto es demasiado amplia (y, por lo tanto, excesivamente superficial) como para permitir una documentación seria” (Mintz, 1996, pp. 258-259).

Todos estos cambios en la organización de la vida cotidiana marcaron la modernización de la sociedad inglesa y también del resto del mundo. De manera que a través de este proceso se va a iniciar el cambio del sistema de cocina tradicional (caro en combustible y tiempo) hacia lo que hoy conocemos como “comidas rápidas”, disminuyendo tanto el tiempo dedicado a preparar la comida como el tiempo dedicado a comer. En esta época, últimos años del siglo XIX, se inicia el uso creciente de las comidas fuera del contexto familiar, surgiendo un nuevo contexto de consumo, caracterizado por el aumento de la ingesta de comidas preparadas, por liberar a los comensales del orden de los platillos, del intercambio familiar en la mesa y de los platos de comida y horarios tradicionales.

Se observa cómo tanto la producción como el consumo han ido cambiando con el tiempo, e igualmente a medida que cambiaron los usos o se incorporaron otros nuevos también cambiaron los significados. Estos cambios se entienden dentro de la acción social, de la transformación de los hechos sociales y de la asunción de los mismos por la sociedad (Mintz, 1996, p. 34).

En este sentido se puede entender que tanto el azúcar como sustancia, como los rituales en torno a su consumo o los diferentes usos de ésta han adquirido significados diferentes según el contexto cultural e histórico. Y en relación a ello Mintz dice que “nuestro gusto de primates por el azúcar, nuestra capacidad de dotar al mundo material de un significado simbólico y nuestra manera de complicar la biología de la ingestión con las estructuras sociales, desempeñaron un papel en el aumento del consumo de sacarosa en Inglaterra”, pero en su opinión ninguno de estos factores explica la variación del consumo a lo largo del tiempo, ni cómo pasó de ser consumido por una clase social a serlo por otra, ni los comportamientos o usos realizados en los diferentes momentos. Para el citado autor “[...] la mayor productividad de las clases trabajadoras, sus condiciones de vida radicalmente alteradas –incluyendo su dieta previa, su disposición a emular a los gobernantes, la economía del mundo en evolución y la difusión del espíritu capitalista [...]”, serán los factores que, aunque no puedan cuantificarse o

compararse entre sí, si pueden orientar sobre cómo fue cambiando el consumo de sacarosa (Mintz, 1996, p. 229).

Y en consecuencia, Mintz considera que el pueblo inglés dispuso del azúcar por acciones políticas y económicas que permitieron crear una mercancía gracias al trabajo de los esclavos africanos que lo producían y al consumo realizado por los proletarios ingleses, aunque ninguna de estas fuerzas podía influir sobre el azúcar. Por ello, en relación a la capacidad de elección de los consumidores, Mintz dice que “[...] la creciente libertad de elegir del consumidor no era más que un tipo de libertad” (Mintz, 1996, p. 235), si bien considera que en el siglo XVIII “a pesar de todo el azúcar, el té y los productos similares representaban la libertad creciente de la gente común, su oportunidad de participar en la elevación de su propio nivel de vida” (Mintz, 1996, p. 235).

Estos procesos hay que relacionarlos con la transformación social que se produjo en Inglaterra en el siglo XVIII, referida al paso de una sociedad medieval jerárquica a una socialdemocracia capitalista e industrial. Y en la misma medida que otros países se fueron urbanizando e industrializando, también fueron cambiando los horarios de trabajo y con ello los de las comidas y los lugares donde comer, comenzando la gente a comer más fuera de las casas, aumentado con ello la ingesta de comidas procesadas por la industria de la alimentación (Mintz, 1996, p. 233).

Además, también hay que tener presente que la dieta de los trabajadores ingleses en el siglo XVIII era inadecuada y escasa, apareciendo el azúcar como un sustituto nutritivo, y en este sentido se debe considerar que tanto el azúcar como el té y otros productos como el café, el chocolate o el tabaco, supusieron una oportunidad para mejorar el nivel de vida para un sector de la población inglesa.

Los procesos citados anteriormente muestran cómo los diferentes niveles de consumo y usos de la sacarosa reflejan procesos más amplios, relacionados con el nivel de desarrollo de los pueblos, y cómo el lugar que ocupó el azúcar entre las clases trabajadoras fue determinado por fuerzas que estaban fuera del alcance de las masas, y que “[...] tienen que ver con el significado ‘externo’ –el lugar de la sacarosa en la historia de las colonias, el comercio, la intriga política, la creación de políticas y leyes– pero también con el significado ‘interior’, por que los significados que la gente le dio al azúcar surgieron en condiciones prescritas o determinadas, no tanto por las comidas, como por los que abastecían el producto” (Mintz, 1996, p. 217). Y es que los ingleses a través de combinaciones y usos convirtieron el azúcar en un producto extraordinario, ceremonial y especialmente significativo (intensificación), pero cuando aumentó la producción y el consumo, el azúcar se convirtió en algo ordinario, cotidiano y esencial (extensificación). Pero estos procesos aparentemente diferentes los ingleses no los percibieron como diferentes, pues eran procesos que se producían a la vez que iban cambiando las circunstancias de los ingleses, como fueron el movimiento del campo a la ciudad, el desarrollo fabril, el cambio en los horarios de los trabajos y las comidas e incluso en los alimentos que comían, así como la desaparición de los aranceles que protegían a los plantadores (Mintz, 1996, pp. 223-224).

Mintz presenta a la sacarosa como una hija del capitalismo que vincula el paso de un tipo de sociedad a otra, trata de mostrar la sacarosa como bien culturalmente definido, además de resaltar el poder simbólico que adquirió entre las clases nobles y poderosas hasta que su consumo se extendió a las clases trabajadoras de occidente, manteniéndose los usos antiguos, pero también adquiriendo otros nuevos. De este proceso Mintz dice que “[...] el peso afectivo

de lo dulce, siempre considerable, no disminuyó por su abundancia, sino que cambió cualitativamente. La buena vida, la vida rica, la vida plena, [...], era la vida dulce” (Mintz, 1996, p. 264).

Mintz nos muestra cómo el azúcar se convirtió en una parte esencial de la dieta, pero este proceso no se puede entender como un comportamiento aislado, sino que a la vez que la gente mantenía estos usos que eran socialmente constituidos, estos comportamientos llegaron a ser socialmente constituyentes (Mintz, 1996, p. 41).

El estudio de los autores referidos induce a la reflexión sobre la actual situación del azúcar y lo dulce, observándose cómo la moderna industria alimentaria ha elaborado una serie de comidas y bebidas para las cuales el azúcar es el elemento principal, además de continuar la presencia en los mercados de los productos tradicionales. En este sentido, destaca la contribución del azúcar a la producción y al consumo de masas, y el papel de la misma en la elaboración de productos duraderos gracias a la capacidad de actuar como conservante, hechos que han originado un aumento de la distribución de lo dulce en la dieta, junto a una disminución de los usos domésticos del azúcar. Si bien antes de los años ochenta ya había comenzado el descenso del consumo en los hogares, como consecuencia de los discursos sobre los efectos perjudiciales del azúcar y a favor de la dieta saludable, discurso que fue aprovechado por los fabricantes de comidas y bebidas, quienes optaron por elaborar productos sin azúcar o reducir su cantidad para mantener el mercado de lo dulce. Y así fue como la industria alimentaria desarrolló una gran variedad de productos etiquetados como “sugar-free”, “no added sugar” y “sugar reduce”, aunque la sacarosa no formaba parte de lo mismos como ingrediente, usándose edulcorantes artificiales para dar el sabor dulce, surgiendo de esta forma durante la década de los ochenta el mercado de los productos “light”.

Estas recomendaciones sobre la dieta y la salud, además de impedir el crecimiento de los mercados, también atribuyeron un estigma negativo al azúcar, al considerarla una comida de baja calidad nutritiva, de manera que muchos consumidores van a preferir los alimentos endulzados con productos elaborados químicamente. Y así, las propiedades orgánicas del azúcar harán de ella un producto no deseable, a la vez que contribuirán a perdurar la apetencia por el sabor dulce.

Pero a partir de los años ochenta han existido otros factores que también influyeron en las dietas: comer más fuera de las casas y comer menos comidas elaboradas de manera casera, añadir menos azúcar a las bebidas como el té o el café, además del aumento de los cambios demográficos que aportaron diferentes formas de mezclar y comer los alimentos.

Pero el discurso en torno al descenso del azúcar fue cuestionado, en los años noventa, por el economista Ben Fine (1996), quien observó que en el Reino Unido, a finales de los ochenta y principios de los noventa, el volumen y las ventas de bebidas endulzadas y golosinas había aumentado, a pesar de las campañas publicitarias y de las guías nutricionales que en aquel momento recomendaban limitar el consumo de azúcar.

En definitiva, las propiedades orgánicas del azúcar han definido los usos de la misma, siendo la capacidad de endulzar el uso más frecuente que desde los inicios ha tenido la sacarosa, así como la propiedad más distribuida a través del sistema de comidas. Pero el uso extenso del azúcar es algo reciente, de los últimos 150 años, siendo en la actualidad un

alimento universal que está presente en un número elevado de comidas, bien como ingrediente añadido o escondido en el moderno sistema de comidas.

En este sentido se aprecia cómo el usar azúcar para elaborar nuevos alimentos, además de aportar a los consumidores una forma barata de energía y un ingrediente con la cualidad de hacer las comidas y bebidas más aceptables, ha contribuido a que la moderna industria alimentaria desarrollara la producción orientada al consumo de masas.

Como se ha podido apreciar, un producto tan sencillo y común para la mayoría de las personas ha tenido una intensa historia ligada a los usos en el consumo, a las preferencias culturales y a los diferentes discursos ideológicos imperantes en cada momento. Y en este sentido se entiende que la presencia del azúcar en la estructura alimentaria de las modernas economías contemporáneas continúa siendo relevante y en consecuencia requiere que se le preste la debida atención.

BIBLIOGRAFÍA

- BARTHES, R., "Toward a psychosociology of contemporary food consumption", Barcelona, Ciéncies Humanes i Socials, CONTRERAS, J., *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*, 1995 (1975).
- BEAUCHAMP y MORAN, *Acceptance of sweet and salty tastes in 2-years-old-children. Appetite%: 291-305*, ROZIN, *Sweetness, Sensuality, Sin, Safety, and Socialization: Some Speculations*, 1987 (1984).
- BOOTH, D.A., "How nutritional effects of foods can influence people's dietary choice", CONTRERAS, J., *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*, Barcelona, Ciéncies Humanes i Socials, 1995 (1982), pp 67-84.
- CONTRERAS, J., *Antropología de la alimentación*, Madrid, Eudema, 1993.
- , *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*, Barcelona, Ciéncies Humanes i Socials, 1995.
- DOBBING, J., *Human Nutrition Reviews Sweetnes*, Great Britain, Springer-Verlay Berlin Heidelberg, 1987.
- DESNOO, "Das Trinkende Kind im Uterus', Monatschrift für Geburtshilfe and Gynäkologie 105:88", Madrid, Siglo veintiuno, citados en MINTZ, *Dulzura y poder. El lugar del azúcar en la historia moderna*, 1996 (1937).
- FINE, B., HEASMAN M., AND WRIGHT J., *Consumption in the age of affluence. The World of food*, Routledge, 1996.
- FISCHLER, C. El (HI), *Omnívoro. El gusto la cocina y el cuerpo*, Barcelona, Anagrama, 1995.
- FISCHLER, C., "Attitudes Towards Sugar and Sweetness in Historical and Social Perspectiva" en DOBBING: 1987, cap. 6, pp. 83-111.
- FRIJTERS, JAN E.R., "Sensory sweetness perception, Its Pleasantness, and Attitudes to Sweet Foods", Springer-Verlay Berlin Heidelberg, DOBBING, J., *Human Nutrition Reviews Sweetnes*, 1987, pp. 67-80.
- GLAUDER, K. E., "The impact of plant secondary compounds on primate tedding behavior", en *Yerab. Phys. Anthropol. n° 25*, 1982, pp. 1-18. En CONTRERAS, J., *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*, Barcelona, Ciéncies Humanes i Socials.
- JEROME, N.W., "Taste experience and the development of a dietary preference for sweet in humans: Ethnic and cultural variations in early taste experience", Washing DC, US Dept. HEWPublNo. (NIH), *Taste and Development: The Genesis of Sweet Preference*, 1977, pp. 77-1068.
- MESSER, E., "Perspectivas antropológicas sobre la dieta", Barcelona, Ciéncies Humanes i Socials, CONTRERAS, J., *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*, pp. 27-81.
- MINTZ, S., *Dulzura y poder. El lugar del azúcar en la historia moderna*, Madrid, Siglo veintiuno, 1996.
- ROSEBERRY, "Balinese cockfights and the seduction of antropology", *Social research 49 (4)*, 1982, pp. 1013-1028, en MINTZ, *Dulzura y poder. El lugar del azúcar en la historia moderna*, Madrid, Siglo veintiuno, 1996.
- ROZIN, P., "Sweetness, Sensuality, Sin, Safety, and Socialization: Some Speculations", Springer-Verlay Berlin Heidelberg, DOBBING, J., *Human Nutrition Reviews Sweetnes*, 1987, pp. 99-111.
- ROZIN, P., "Perspectivas psicológicas sobre las preferencias y aversiones alimentarias", Barcelona, Ciéncies Humanes i socials, CONTRERAS, *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*, 1995, pp. 85-109.

NOTAS

- ¹ El suero glucosado consiste en una dilución de glucosa y agua.