

Historia de la alimentación e historia de la vida cotidiana

La historia de la alimentación y la antropología de la alimentación forman parte de lo que Ph. Ariès y G. Duby estudiaron como parte de la *Historia de la vida privada*, es decir, aquello que hace referencia a las casas, su disposición, a las cerraduras y a las ventanas, a la luz y al fuego, al ornato doméstico (tapices, telas, vajilla), a la vida común y sus ritos, al papel de los sirvientes, a la educación, y también a la alimentación. Cuestiones todas ellas que se pueden apreciar en la exposición *De puertas para adentro. Vida y distribución de espacios en la arquitectura doméstica (siglos XV-XVI)*.

La alimentación es un condicionante importante de la evolución biológica de la humanidad; los seres humanos, al igual que el resto de los seres vivos, necesitan, además del agua, una variada y equilibrada alimentación y una dieta que debe contener adecuadas cantidades de proteínas, lípidos, glúcidos, vitaminas y minerales. El gran cambio en relación con la producción y consumo de alimentos se produjo en el Neolítico -hace unos 10.000 años- cuando se empezó a cultivar la tierra y se produjeron cereales (trigo, centeno, cebada, escanda, mijo, sorgo), leguminosas (lentejas, arvejas, habas, garbanzos) y verduras y frutas; al mismo tiempo el desarrollo de la ganadería facilitó el consumo de carne. Agricultura y ganadería tal vez representen el mayor cambio tecnológico de la humanidad pues de esta forma se redujo la dependencia directa de la naturaleza para conseguir alimentos. El ser humano al volverse progresivamente más sedentario vivió el primero de los grandes cambios alimenticios de su historia.

En Europa el trigo -la harina, el pan- era el signo de cierto nivel de riqueza y, además sirvió siempre para aminorar las hambrunas y las carencias de alimentos de todo tipo, por ello es bien conocido que desde el Imperio Romano en adelante la Administración creó sistemas de distribución de trigo y medios de compensación de alimentos. Será la autoridad, y principalmente los ayuntamientos, quien asuma los problemas de abastecimiento de las ciudades y villas, quienes distribuyan harina y pan en los períodos de penurias. Además, los cereales son fáciles de conservar y permiten satisfacer la demanda de los circuitos comerciales y con ello se generaba riqueza.

Los alimentos y la forma de cocinarlos han distinguido a los diversos grupos y clases sociales, la alimentación ha sido y es símbolo de estatus social. Nobles y burgueses tuvieron despensas bien abastecidas y una cocina variada y más elaborada, de hecho, un signo externo de distinción era invitar a comer y mostrar mesas bien servidas. Además, la actitud ante los alimentos genera el sentido de grupo, de familia, de comunidad.

Dos categorías sociales se distinguen en relación con un mayor o menor consumo de carne y, también se dan dos modelos alimenticios en función del espacio en el que se habite. Los habitantes de las ciudades, de todas las clases sociales, tienen a su disposición una gran variedad de alimentos debido a una política de suministro sostenida por las autoridades municipales para evitar los motines en caso de penuria. Este **modelo “urbano”** corresponde a una economía de mercado mientras que el **modelo “rural”** se mantiene dentro del marco de una economía de subsistencia; las diferencias entre ambos modelos se aprecian, por ejemplo, en el consumo del tipo de pan y de la carne: el pan blanco de las ciudades se opone al pan negro del campo, la carne fresca de las ciudades se opone a la carne salada (charcutería) en el medio rural.