

Alimentación y análisis nutricional en La Habana bajo el prisma de la etnocontabilidad : el caso comparativo de las familias Vázquez y López

Alimentation et nutrition à La Havane sous le prisme de l'ethnocomptabilité : le cas de des familles Vázquez et López

Diet and nutrition in La Havana through the prism of the ethno-accounting: the case of the Vázquez and López families

Margalida Mulet Pascual



Edición electrónica

URL: <http://cal.revues.org/4547>

ISSN: 2268-4247

Editor

Institut des hautes études de l'Amérique latine

Edición impresa

Fecha de publicación: 16 mayo 2017

Paginación: 125-146

ISBN: 9782371540750

ISSN: 1141-7161

Referencia electrónica

Margalida Mulet Pascual, « Alimentación y análisis nutricional en La Habana bajo el prisma de la etnocontabilidad : el caso comparativo de las familias Vázquez y López », *Cahiers des Amériques latines* [En línea], 84 | 2017, Publicado el 16 mayo 2017, consultado el 18 mayo 2017. URL : <http://cal.revues.org/4547>



Les *Cahiers des Amériques latines* sont mis à disposition selon les termes de la licence Creative Commons Attribution – Pas d'utilisation commerciale – Pas de modification 4.0 International.

Margalida Mulet Pascual *

Alimentación y análisis nutricional en La Habana bajo el prisma de la etnocontabilidad

El caso comparativo
de las familias Vázquez y López

Las transformaciones socioeconómicas implantadas por la Revolución cubana (1959-2017) han tenido, en términos generales, una importante influencia sobre la cultura alimentaria de la población [González y Núñez, 2001, p. 145]. El presente artículo propone analizar el proceso alimentario de dos familias habaneras con características sociales dispares en los años dos mil, los Vázquez y los López¹. La metodología utilizada en la investigación que dio lugar a una tesis de doctorado y al presente artículo es la etnocontabilidad. Esta es una herramienta etnográfica de la antropología de la evaluación, la cual reintegra el valor económico dentro de la propia evaluación de los actores. La etnocontabilidad pone como objetivo «tomar en cuenta lo que la gente toma en cuenta» a la hora de analizar, actuar, contar... Este método conduce a rechazar la definición estrictamente económica del valor, para centrarse en el bienestar del ciudadano en un sentido literal. Este es el origen de la palabra etnocontabilidad, noción propuesta por el sociólogo francés Alain

* EHESS.

1. Para más detalles sobre la investigación, cf. la tesis de doctorado titulada «Resolver: un art cubain de la débrouille. La gestion du quotidien des Vázquez, une famille transnationale dans la Cuba des années 2000», EHESS, París, 2016.

Cottureau en la etnografía que hizo con Mokhtar Mohatar Marzok en Andalucía [Cottureau y Mohatar Marzok, 2012]².

La metodología de investigación ha consistido en un seguimiento del día a día de la familia, posicionándola a la vez como objeto de estudio y como lugar de observación de su medio social. De esta manera la familia nos permite realizar inventarios precisos del impacto de las políticas económicas y sociales en diferentes escalas.

El estudio de dos casos comparativos en profundidad durante periodos diferentes y extendidos en el tiempo (2007, 2010 y 2012) permite, a su vez, analizar las conductas alimentarias sujetas a realidades económicas y sociales cambiantes.

Estado de la cuestión

Durante los años cincuenta, la situación alimentaria cubana presentaba de promedio datos más bien favorables en relación con otros países de América Latina. El problema central era «la ausencia total de igualdad» [Nova González, 2003, p. 145] en un país donde los campesinos y la población rural vivía en condiciones muy difíciles. Sabiendo que en 1958 la población rural cubana representaba un 56% del total y que 6 habitantes rurales sobre 10 sufría malnutrición, la situación se volvía preocupante³. Además, el 47% de las kilocalorías consumidas por la población eran importadas y Estados Unidos aglutinaba el 75% de las importaciones de la isla, creando una total dependencia [Nova González, 2003, p. 146].

Con el objetivo de acabar con la desigualdad y con el monopolio estadounidense, tras su llegada al poder en 1959, el Gobierno revolucionario impulsa varias reformas agrarias para distribuir la tierra, junto a otras reformas económicas y sociales en pro de una mayor igualdad.

En los primeros años el Estado invierte grandes sumas de dinero en la agricultura, pero los resultados productivos no están a la altura de lo esperado. Varios factores influyen en esta baja de productividad dentro de un modelo agrícola basado en un sector estatal sobredimensionado: una gran centralización con una pesante burocratización, una tecnología deficiente, la sobreexplotación inapropiada de la tierra con altas dosis de químicos y falta de rotación de las tierras... [Nova González, 2009].

2. Para más información sobre la etnocontabilidad, cf. la revista digital *SociologieS*, 2015, «Une famille andalouse... Pour une science sociale de l'évaluation», disponible en: <https://sociologies.revues.org/4897>, así como un número especial en proceso de publicación titulado «De quoi vivent les pauvres?», en la *Revue des politiques sociales et familiales*.

3. Para más información sobre el nivel de vida y la alimentación paisana de la época, cf. «Encuesta de trabajadores rurales, 1956-1957», Agrupación Católica Universitaria, 1972.



Esta baja productividad, sumado a un crecimiento de la demanda interna y a la desfavorable política internacional (con la imposición de un bloqueo económico por parte de Estados Unidos), llevan al Gobierno revolucionario a instaurar el sistema de racionamiento alimentario en el año 1962.

Como su propio nombre indica, el racionamiento no se constituye de productos en venta libre, sino racionados, distribuidos en función de cuotas fijas a nivel del Estado. La distribución de los alimentos es controlada a partir de una libreta de racionamiento atribuida a cada célula familiar. En ella encontramos productos considerados de primera necesidad como la sal, el aceite, el azúcar, el arroz, los frijoles, etcétera. Pero también otros más novedosos en la época, como las pastas (sobre todo espaguetis), el pescado (gracias al desarrollo de la industria pesquera durante las primeras décadas de la Revolución⁴), pan y botes de conservas, anteriormente muy poco consumidos por la población.

La introducción masiva de estos productos se llevó a cabo también a través de la red de cafeterías y «comedores obreros» para los trabajadores, implantados a lo largo del país en los años sesenta, donde se servían desayunos, comidas e incluso a veces la cena. Esta introducción de productos, según ciertos autores, significa la imposición de hábitos y costumbres urbanas en la parte rural del país, implicando la pérdida de recetas tradicionales, como, por ejemplo, el remplazo de la *boruga* (una especie de yogur casero) por el yogur industrial.

Los primeros años de la Revolución fueron complicados a nivel de consumo y aprovisionamiento. Se pasó de una media de 2730 calorías por habitante en 1959 a 2320 en 1962-63 [Nova González, 2003]. La incorporación de Cuba en 1972 al Comecon, el mercado común entre el bloque comunista, tuvo claros efectos nutricionales aumentando la media calórica. En 1981 el consumo per cápita estaba por encima de las 2900 calorías diarias, cifra mucho mayor a las 2310 calorías que la FAO asumía para Cuba en 1977 [FAO, *Monthly Bulletin of Agricultural Economic and Statistics*, 1977, p. 10].

Esta situación de prosperidad llevó a Fidel Castro, en 1984, a declarar Cuba como el segundo país mejor alimentado de América Latina:

«... Después de Argentina, que posee enormes extensiones de tierra agrícola y rebaños, el segundo país mejor alimentado de América Latina [es Cuba], con casi 3000 calorías por día y casi 80 gramos de proteínas per cápita y por día, tal y como ha reconocido recientemente una institución enemiga de la Revolución Cubana⁵.»

Después de estos años fastos de la década de los ochenta, la desaparición de la Unión Soviética y del Comecon, a principios de los años noventa, provocó la

4. A partir de la década de los noventa, con la llegada del «periodo especial», esta industria ha prácticamente desaparecido. Para más información, cf. Jiménez Soler, 2009.

5. Discurso pronunciado en la conmemoración del XXV aniversario del triunfo de la Revolución en la ciudad de Santiago de Cuba el 1 de enero de 1984.

crisis más importante del periodo revolucionario. Esta tuvo, a su vez, un gran impacto a nivel alimentario en la isla. Las cifras hablan por sí solas⁶:

- Entre 1991 y 1995, el número de familias en condición de riesgo alimentario llega al 15% de la población urbana.
- En 1993 el aporte energético se reduce un 30% con relación a 1989.
- A partir de 1992 se observa una disminución drástica del consumo de proteínas y grasas en el régimen alimentario cubano, así como un importante aumento de carbohidratos.

Junto a un gran descenso del consumo, la crisis de los años noventa implicó una multiplicación de productos sustitutos y una disminución en la calidad de los productos en general y de la proteína en particular. En lugar de carne propiamente dicha, encontramos productos como el *fricandel* (salchicha a base de harina de pescado) o el *picadillo texturizado o enriquecido* (con harina de soja y desechos de carne). También surgen historias surrealistas a medio camino entre el mito y la realidad, como la transformación de trapos de tela en bistecs:

«Cada frazada era cortada en cuatro partes y esos fragmentos se llevaban a tanques llenos de jugo de limón. Allí se maceraban durante algunos días. El limón trabajaba la fibra hasta que diera igual músculo o tela. Luego venía el momento de cubrir lo falso: se pasaba por huevo batido y pan rallado, se freía en grasa donde antes se cocinara carne verdadera. Y este trasunto de sabor a carne (todo sabor parece ser trasunto) era lo que finalmente convencía, el toque maestro de los falsificadores» [Ponte, 1997, p. 29].

Nitza Villapol, animadora del programa de cocina más popular de la televisión cubana, *Cocina al minuto*, se convirtió en la representante perfecta de la «sustitución» delante la desaparición de productos. Ivette Leyva evoca esta conversión:

«En la medida en que los ingredientes de base desaparecían, ella [Nitza Villapol] se puso a inventar la tortilla de yogur, los huevos fritos en agua y el “picadillo” de harina de maíz, entre otros inventos. Ella fue la encarnación de un reflejo de sustitución que nos ha acostumbrado a hacer “como si”, en lugar de asumir la carencia» [Leyva, 2004, p. 192].

Las investigadoras cubanas Niurka Núñez y Odalys Buscarón realizaron un trabajo de campo en Atares, un barrio de La Habana, entre 1993 y 1994 para ver el impacto del «periodo especial» en los hábitos alimentarios. Los datos se obtuvieron por observación y entrevistas abiertas a 84 personas [Núñez y Buscarón, 1995]. Los relatos muestran cómo antes del periodo especial las familias

6. Para más información: <ftp://ftp.fao.org/es/esn/nutrition/ncp/cubmap.pdf>



cocinaban una cantidad mayor de alimentos con el objetivo de invitar a terceros. Con la crisis, esta costumbre de invitación se perdió incluso entre miembros de una misma familia. Además, el 19,1% de los entrevistados abandonaron la costumbre de las comidas en días de fiesta, como por ejemplo la Nochebuena o Navidad, por falta de recursos [Núñez, 1999, p. 49].

En este contexto de incertidumbre alimentaria prolongada, es recurrente encontrar que las familias priorizan la importancia de las carnes y derivados (como salchichas, croquetas, etcétera) y consideran otros alimentos, como las ensaladas y las frutas, menos indispensables para una alimentación óptima. Se vuelve al imaginario de la supremacía de la proteína animal y a una evaluación insuficiente por parte de la población de los alimentos que contienen cantidades de «vitaminas, minerales, fibras dietéticas, fitonutrientes y elementos antioxidantes (vegetales y frutas) de gran valor para un crecimiento adecuado y una buena salud» [Vázquez y Montesinos, 2010, p. 24].

En los años dos mil, una mejora general de indicadores económicos testimonia la atenuación progresiva de los efectos de la crisis, aunque también encontramos indicadores negativos como la productividad agrícola. Una disminución de la agricultura en el PIB obliga a incrementar las importaciones alimentarias para satisfacer las necesidades. En 2007 estas importaciones llegaron a los 1 600 millones de dólares, un 18% de las importaciones totales, lo que muestra la dependencia de Cuba del exterior y su vulnerabilidad alimentaria [Nova González, 2008]. Por otro lado, dos investigaciones sobre las preocupaciones de la población, realizadas en Cuba en el año 2003, sitúan la alimentación como uno de los principales problemas en la vida cotidiana. Angela Ferriol [2003] utiliza una encuesta de la Oficina Nacional de Estadística cubana efectuada en 1 250 viviendas de La Habana y Mareelén Díaz Tenorio [2003] se centra en familias de La Habana y del oriente del país. Los dos estudios revelan el mismo resultado: en primer lugar la insuficiencia de ingresos, seguido de la dificultad alimentaria.

La percepción de la alimentación como un factor angustiante, que sobresale en las dos investigaciones, está ligada a la insuficiencia salarial y a los elevados precios de los productos alimentarios, que se suman a una oferta insuficiente. De esta manera podemos concluir que la mejora de la situación económica durante los años dos mil no se traduce en una mejora de la producción alimentaria interior. La autosuficiencia alimentaria a nivel nacional y la mejora de las prácticas nutricionales de la población, todavía hoy, continúan siendo objetivos claves dentro de la política nacional. Estos son expuestos de manera prioritaria en las «Grandes líneas de la política económica y social del país», fijadas en el año 2011, entre las soluciones estratégicas para un desarrollo duradero.

Presentación de la familia Vázquez y de los López⁷

La familia Vázquez proviene del este de la isla y hace veinte años se instaló en un barrio residencial de La Habana. Camilo (1941-2013) y Juana (1945) han sido los informantes claves de la investigación. Los dos son jubilados. Tienen dos hijos, Manuel (1966) y Juan (1969), que viven en Estados Unidos. Manuel tiene 5 hijos, de los cuales Alba (1988) y Manolito (1992) viven en casa de los Vázquez durante la observación de 2007 y 2010. En 2012, Manolito se reagrupó con su padre y hoy vive en Miami. Alba está casada con Luis (1982), integrante de la casa en todos los periodos de observación. Ambos son trabajadores del Estado y a su vez venden copias de películas y series que ellos mismos piratean. Esta actividad la realizaron durante años de forma ilegal y a partir de 2012 como cuentapropistas, ganando un sueldo mayor que siendo trabajadores del Estado. La casa de la familia es grande y se encuentra en un barrio residencial y reciben de manera más o menos regular dinero del extranjero. La investigación con los Vázquez ha sido realizada en los años 2004, 2006, 2007, 2010, 2012 y 2013.

La familia López, también originaria del oriente de la isla, vive en un barrio popular de la capital. El hogar se compone de Catalina (1909-2016), que tenía más de cien años durante la observación (2010 y 2012), y de su hija Ruth (1944). Catalina, después de enviudar percibe la pensión de su marido. Ruth no se ha casado y no tiene hijos y se ha dedicado a la música, como profesora de guitarra. Actualmente está jubilada. La pensión de Ruth es de 270 pesos y la de Catalina de 242 pesos, lo que implica un total mensual de 512 pesos para la unidad doméstica. La edad avanzada de los miembros de este hogar implica una mayor dificultad a la hora de poder realizar una pluriactividad activa que les permita vivir en mejores condiciones, más allá de sus bajas pensiones. La ayuda cotidiana de los López se reduce a Iris, otra hija, y Juan, un sobrino, que también viven en la capital.

Metodología y posicionamiento de estudio

Para trabajar el factor alimentario con una mayor precisión traje de Europa una balanza con la intención de pesar todos los alimentos y medir exactamente lo que se consumía en las casas. La curiosidad que implicó este objeto me permitió explicar de una manera práctica mi objetivo de estudio y pedir así la colaboración de las familias. La observación alimentaria en casa de los Vázquez se realizó en tres años diferentes (2007, 2010 y 2012), que presentaremos analíticamente de manera comparativa.

En 2007, gracias al alquiler de una habitación de la casa a Mercedes, una estudiante de medicina brasileña, los Vázquez contaban con un ingreso

7. Por cuestiones deontológicas, he sustituido el nombre y los apellidos de todos los miembros de la familia.



importante. En 2012 Manuel, uno de los hijos que vive en Miami, envió más remesas de lo normal debido a la hospitalización de su padre Camilo. En estos dos años hablé directamente con Juana, que gestiona más significativamente la economía del hogar, para observar con detalle el consumo familiar durante quince días. La intención era de no ofrecer ni dinero por anticipado ni productos alimenticios, para no alterar las compras ni los menús. En el trabajo de campo de 2010 la incertidumbre económica estaba más presente en casa de los Vázquez, ya que debido al elevado coste de un viaje que Juana y Camilo iban a realizar a Miami, Manuel no mandaba remesas. En esta ocasión tuve que proceder diferentemente para ayudar en la gestión cotidiana. Compré varios productos antes del inicio de la contabilidad alimentaria y, en dos ocasiones, acompañé, como era habitual en todas mis observaciones, a Juana al mercado. Después que ella eligiera los productos que quería comprar, espontáneamente y sin avisar, yo pagaba. De esta manera Juana organizaba sus compras según los recursos que tenía, sin contar con los míos. Durante los tres años, aunque yo estuviera presente durante las compras y la preparación de las comidas, para reducir mi carga económica, no comía todos los días con ellos.

Con la familia López, debido a sus condiciones más limitadas (una sola habitación en la casa), no se produjo una cohabitación durante la observación. La recogida de información se realizó en varias visitas de un día entero a su casa, más las visitas de Ruth a casa de los Vázquez que nos permitieron trabajar juntas frecuentemente los datos recogidos. En mis visitas y para compensar el coste de mi presencia, llevé bebidas gaseadas, helado, galletas, etcétera. Productos muy valorados pero que debido a su coste son inexistentes en su consumo habitual. Estos aportes no se contabilizaron en el aprovisionamiento familiar.

Observación alimentaria en casa de los Vázquez (2007, 2010 y 2012) y de los López (2010 y 2012)

Con una omnipresente incertidumbre en el aprovisionamiento, la socialización y las redes sociales se vuelven claves, ya que estar bien posicionado permite un acceso prioritario e incluso la opción de comprar alimentos a mejor precio. El tiempo invertido en el aprovisionamiento es muy variable según el día y según el producto que se busca. En la mayoría de los casos, según nuestras observaciones, el aprovisionamiento implica más inversión de tiempo que el hecho mismo de cocinar.

Los Vázquez comen en la cocina y generalmente tienen entre cinco y siete comensales, dependiendo de las visitas. Debido a los horarios de escuela y de trabajo, el desayuno se realiza de forma dispersa y sin sentarse juntos a la mesa. La comida, entre mediodía y la 13:30, y la cena, entre las 19:30 y las 20:30, son más estructuradas en relación a los horarios y al hecho de comer comunitariamente.

Las quejas sobre la cantidad, la calidad y los precios de los productos alimentarios son constantes en el cotidiano familiar.

«Diario de campo, 14 de octubre 2010

En la preparación de la comida, Juana divide la bolsa de pollo y pone solamente tres muslos al fuego: “Debo dejar pollo para al menos otra comida. Nadie en el mundo tiene que comer así, solo nosotros, los cubanos. Lo normal es comer un muslo por persona, pero ya ves aquí lo que tenemos que hacer”».

Como podemos ver en las palabras de Juana, el sentimiento es de estar privados por el hecho de tener que compartir los muslos en varias comidas. Juana diferencia Cuba del resto del mundo y se compara solo con los países «normales», donde cada persona puede comer un muslo de pollo. El sentimiento de no estar saciado o bien alimentado pasa sobre todo por no poder comer suficiente proteína animal. El elevado precio de la alimentación se ve reflejado en el gran peso que implica dentro del presupuesto doméstico.

TABLA 1. PROPORCIÓN DE GASTO EN ALIMENTACIÓN DE LA FAMILIA VÁZQUEZ
(EN CUC, MONEDA CONVERTIBLE)

	2007	2010	2012
Presupuesto común de la familia por mes ¹	316,66	184,43	272,77
Gastos de las compras alimenticias por 15 días	78,2	54,94	77,15
Gastos alimentarios supuestos sobre 1 mes	156,4	109,88	154,3
Número de personas en el hogar	6-Aug	6-Aug	5-Jul
Proporción de gasto en comida	49,39%	59,57%	56,58%

1. Hemos tenido en cuenta los salarios y pensiones oficiales, las actividades económicas en negro (alquiler de habitaciones en la casa, venta de productos diversos, intercambios...), más las remesas recibidas del extranjero.

Como nos permite ver esta tabla, cuantos más recursos, el gasto alimentario aumenta. Con un presupuesto menos ajustado, los productos que la familia Vázquez prioriza son las proteínas animales, sobre todo la carne, pero también una mayor presencia de pescado y, por ejemplo, de camarones o tortuga. Al contrario, cuando la familia muestra más dificultades económicas se intenta ahorrar en alimentación, reduciendo las compras en cantidad y en variedad. La familia López realiza las tres comidas del día en la casa con sus dos integrantes, sin variación en el número de comensales debido a las pocas visitas en los momentos de la comida.

En una sociedad cada vez más estratificada (según el acceso o no a los CUC), encontramos fuertes diferencias alimentarias y nutricionales, aun teniendo un



sistema de racionamiento que distribuye productos básicos a bajo precio. El problema es que la cantidad distribuida está lejos de cubrir las necesidades básicas de la población⁸.

TABLA 2. GASTO ALIMENTARIO DE LOS VÁZQUEZ EN LOS DIFERENTES MERCADOS

Fecha	Bodega ¹ (racionamiento)	Mercado libre ²	Mercado agropecuario ³	Shopping ⁴ en Cuc	Mercado negro ⁵
2007	3,50 %	14,33 %	25,01 %	46,80 %	10,28 %
2010	7,14 %	13,33 %	27,22 %	40,77 %	11,52 %
2012	2,74 %	19,33 %	31,06 %	39,07 %	7,77 %

1. Lugar donde se distribuye el racionamiento.
2. Tienda en pesos donde los productos son vendidos en cantidades libres.
3. Mercado de frutas, verduras, viandas y granos en pesos.
4. Tienda de concepción occidental con productos de alimentación y higiene en CUC.
5. Mercado no normado, realizado entre particulares, abarca todo tipo de producto y las dos monedas nacionales.

Estos datos nos muestran cómo el sistema social de racionamiento es el mercado menos significativo para los Vázquez a nivel de gastos, entre un 2,74 y un 7,14%. Cabe recordar que el precio dentro del racionamiento está subvencionado y es mucho más bajo que el resto de los mercados. En el año 2010 vemos que el gasto en el racionamiento aumenta. Este hecho se explica por tener una persona más inscrita en el hogar, pasando de una cuota para cinco a seis personas. Otro factor que ha influido en este aumento es la compra de productos que en mejores circunstancias económicas los Vázquez no compran por considerarlos de calidad dudosa. Es el caso, por ejemplo, de la mortadela y del *picadillo de soya*. En estas circunstancias, de más incertidumbre económica, la familia utiliza más el mercado negro, donde a veces se pueden encontrar productos vendidos en otros mercados a un precio más económico (generalmente malversados del mercado oficial).

En el año 2007, con recursos seguros y que provienen de diferentes fuentes, la familia recurre más a la *shopping*, un mercado con más diversidad y una supuesta mejor calidad. En el año 2012, teniendo un stock de productos (sobre todo de proteínas animales) en la nevera, gracias al último viaje que su hijo Manuel — residente en Estados Unidos— realizó a la isla, la familia compró frutas y verduras en el agro de una manera más significativa que en otros años.

8. Para ver más detalles sobre la insuficiencia de productos racionados en el seno de un consumo alimentario, cf. Cojimar, 2008.

«Manuel, Miami, 3 marzo 2013: “Lo más difícil en Cuba es la alimentación, sobre todo con las dificultades de transporte que impiden buscar mejores precios fuera del barrio o de la ciudad. Los precios son caros y, además, los productos no están siempre disponibles, por eso en todos mis viajes, y sobre todo con la enfermedad de mi padre, busco alimentos para que estén tranquilos y con el nivel de proteína reforzado”».

El año 2010, con más restricciones económicas, además de visitar en menor medida los mercados, la familia Vázquez puso en marcha varias estrategias: cocinar más veces al día ajustando las cantidades al número de comensales, una mayor resignación ante la privación de ciertos productos y la mezcla de productos de diferentes calidades, entre otras.

«Diario de campo, 9 octubre 2010

Actualmente Juana compra salsa de tomate en botella de 1,5 litros en el agro a 15 pesos porque es más barato que en la *shopping*. Ya que considera que es una salsa que no tiene mucha calidad, compra una mejor de 400 g en la *shopping* que cuesta 1,20 CUC (28,8 pesos). Su objetivo: mezclarlas. De esta manera obtiene una salsa de tomate con mejor relación calidad-precio. El mismo procedimiento lo realiza con el café que Manuel (su hijo) le trae, y el café de la bodega que, según ella, al estar mezclado con chicharos tiene peor sabor».

En lo que se refiere a la familia López, las dos mujeres se benefician de un régimen especial de racionamiento. Catalina, debido a su avanzada edad, tiene derecho a 1 kilogramo de leche en polvo y a 10 libras de malangas o bananas verdes por mes. La familia consume por ello muchas viandas (tubérculos). Ruth sufre de exceso de colesterol y por ello recibe 1 kilogramo de leche descremada y 1 kilogramo de pescado (jurel). Este suplemento es muy importante, ya que la leche es un producto esencial para el régimen nutricional de las dos mujeres y el precio del mercado no cesa de aumentar. Ruth vende varios productos del racionamiento (*picadillo de soya*, la mortadela y los espaguetis) a algún vecino para poder comprar otros que considera de mayor necesidad o que «rinden» más. Esta venta les reporta unos 20 pesos al mes que invierten mayormente en el agro, siendo el mercado en el que gastan más.

TABLA 3. GASTOS Y CIRCUITOS DE APROVISIONAMIENTO DE LOS LÓPEZ, POR MES EN PESOS

Fecha	Bodega (racionamiento)	Mercado oficial libre	Mercado agropecuario	Shopping en CUC	Mercado negro	Regalos (valor)	Total pesos gastados
2010	23	34	92	0	57	214	206
2012	37,4	33	76,7	0	44,5	205,6	191,6



Un dato relevante en la Tabla 3 es el gasto 0 en la *shopping*. Se trata de una familia que debido a su poder adquisitivo solo puede vivir en pesos cubanos, lejos de la realidad nacional en CUC. Sin familia en el extranjero susceptible de ayudarlas económicamente y con prácticamente toda la familia extensa en su pueblo de origen, en el este de la isla, los López ven reducida su red de ayuda en el cotidiano. Aun así, los dones alimenticios recibidos de la otra hija casada en La Habana y un sobrino que trabaja y vive en la capital son fundamentales para la economía familiar ya que, como vemos representados como regalos, representan el mayor aporte de la familia.

Analizados los dos casos, el elevado nivel de consumo en los mercados de venta libre nos muestra la insuficiencia del sistema de racionamiento y la necesidad de poseer más recursos económicos para poder abastecerse fuera de la *libreta*. El gasto en el mercado libre o negro puede variar según lo que ofrezcan en el momento de la observación. A veces estos están desabastecidos o, por el contrario, se encuentran productos necesarios que no se encuentran en otra parte. La importancia presupuestaria de estos mercados puede también variar en función de la penuria en otros mercados oficiales. El mercado negro, muy utilizado en lo cotidiano, al no ser oficial, es inexistente en los informes y estadísticas oficiales. Al contrario, estos informes contabilizan el autoconsumo como fuente de aprovisionamiento. Puede que el autoconsumo sea importante en ciertas poblaciones rurales, pero en La Habana y en el caso de los Vázquez y los López, es inexistente.

Los menús y la conversión nutricional

Sobre el mismo periodo de observación hemos analizado los menús diarios detallados de las familias (desayuno, comida, merienda y cena) y su conversión nutricional teniendo en cuenta las siguientes variables: kg/calorías, proteínas (diferenciando las animales y las vegetales), glúcidos y lípidos. La inestabilidad de productos en los mercados dificulta la planificación de los menús, tal y como muestra Juana:

«La Habana, 18 abril 2007: “En este país los planes no sirven porque siempre tenemos que inventar. Había planificado hacer tamales, pero resulta que hoy en el mercado ¡no hay ni maíz ni carne de puerco!”».

A continuación presentamos un ejemplo del procedimiento derivado del año 2012 en casa de los Vázquez, procedimiento también realizado en los otros años de observación, así como en el caso de los López.

TABLA 4. MENÚS DE LA FAMILIA VÁZQUEZ, EJEMPLO DE TRES DÍAS, AÑO 2012

Comida/Fecha	Lunes 16	Martes 17	Miércoles 18
Desayuno (8:00-10:00)	1 cafetera (25 g café) 70 g leche en polvo, azúcar 30 g 40 g galletas de mantequilla 120 g pan, 5 g aceite y 3 g sal 1 banana (275 g), 150 g papaya, 1 naranja (200 g)	1 cafetera (25 g café) 70 g leche en polvo, azúcar 30 g 200 g pan con 50 g salsa tomate 1 banana 80 g, 75 g papaya	1 cafetera (25 g café) 70 g leche en polvo, azúcar 30 g 200 g pan 30 g salsa de tomate 1 banana (200 g), 75 g papaya
Comida (12:00-13:30)	Guiso de quimbombó ¹ : 400 g quimbombó, 55 g cebolla, 3 g ajos, 50 g pimiento verde, 80 g zanahoria y 175 g calabaza, 3 g aceite y 3 g sal 400 g arroz 125 g carne de carnero, 2 g aceite y 30 g cebolla Ensalada: 200 g tomates, 90 g zanahoria y 50 g cebolla, 4 g aceite oliva y 3 g sal	600 g arroz 375 g caguama (tortuga), 100 g pimiento verde y 110 g Cebolla sofrita, 8 g aceite soja y 3 g sal 400 g acelga hervida Ensalada: 350 g tomates, 110 g lechuga, 105 g remolacha, 160 g zanahoria rallada, 5 g aceite de oliva y 3,5 g sal	Pimientos rellenos: 8 pimientos verdes (800 g), 230 g pavo, 5,5 g ajo, 0,60 g cilantro, 160 g cebolla, 150 g tomate, 3 g aceite y 3 g sal, 0,75 g pimiento negro, 0,5 g pimiento dulce 600 g arroz 50 g acelgas hervidas, 2 g aceite, 2 g sal Ensalada: 150 g tomate, 90 g zanahoria, 4 g aceite oliva y 2 g sal 2 plátanos fruta (125 g)
Merienda (16:00-17:30)	125 g pasteles, 55 ml jugo de pera 250 g té negro, 30 g azúcar 135 g piña	Pastel: 200 g harina maíz, 300 g coco, 380 g leche condensada, 50 g azúcar, 20 g mantequilla	150 g galletas dulces y tableta de chocolate (50 g) 100 g helado de fresa 1 cafetera (25 g café), 30 g azúcar
Cena (20:00-21:00)	Ensalada fría: 200 g de pasta, 1 lata atún, 75 g piña Mayonesa: 2 huevos, 8 g aceite, 5 g ajo y 50 g cebolla, 4 g sal 3 paquetes de 20 g de galletas = 60 g 100 g pan Arroz y quimbombó de mediodía 300 g patatas	Sopa: 125 g pollo, 500 g malangas, 100 g calabaza, 1 banana verde (260 g), 100 g acelga, 5 g ajo, 70 g cebolla y 0,2 g cilantro, 4 g sal, 4 g aceite 100 g yuca hervida	1 paquete espaguetis (400 g), 220 g salsa tomate 100 g queso rallado, 1 g orégano Sopa: 450 g carne de carnero, 475 g malanga, 75 g calabaza, 275 g plátano verde, 4 g ajos, 30 g fideos, 3 g aceite soja y 3 g sal Ensalada: 150 g tomate y 150 g acelga, 3 g aceite soja y 2 g sal

1. También llamado quingombó u oca. Legumbre verde de origen africano de pequeñas dimensiones y con una textura muy babosa.

Los platos cocinados más recurrentes de la familia Vázquez en los tres periodos de observación han sido: el potaje de *frijoles* (una media de entre cuatro y seis veces en los quince días), los *tamales*⁹ (una vez, menos en 2007 dos veces),

9. Harina de maíz con cebolla, ajo, pimiento verde y carne de puerco. Una vez preparada se pone en una hoja de la mazorca atado y puesto a hervir.



el *congrí*¹⁰ y el *arroz amarillo*¹¹ (entre una y tres veces), así como los guisos: de berenjena y de quimbombó (en 2007 y 2012). Encontramos también otros platos menos tradicionales como la pizza (en 2010 y 2012) o pasta (espaguetis, macarrones, fideos, etcétera).

A nivel mundial, cuando los ingresos aumentan, las proteínas animales en el consumo alimentario aumentan [Fischler, 1995], hasta el punto que los historiadores han medido la prosperidad de un periodo por el aumento del consumo de carne per cápita [Contreras y Gracia, 2005, p. 35]. Sorprende que en un territorio rodeado de mar, el consumo de pescado sea tan irrisorio y que la sobrevaloración de la proteína sea exclusivamente en relación a la carne. A nivel histórico ciertos autores analizan el hecho de que Cuba haya sido una economía azucarera con necesidad de grandes territorios de tierra dedicados a este fin, implicando un débil desarrollo de la ganadería y una sobrevaloración de la carne.

En el año 2012, el consumo de pescado es mucho más elevado en el caso de los Vázquez gracias a la *caguama* (tortuga), recomendada para aumentar la hemoglobina, comprada con el fin de ayudar en la recuperación de Camilo en el proceso de quimioterapia. Pero, en términos generales, la proporción de pescado consumida en la familia es más de cuatro veces inferior a la de carne. La siguiente tabla nos permite ver cómo en el caso de los Vázquez esta lógica también se cumple. En 2010, con menos posibilidades económicas, las proteínas animales consumidas descienden.

TABLA 5. TASA DE CONSUMO DE PROTEÍNA ANIMAL POR HOGAR DE LA FAMILIA VÁZQUEZ Y LÓPEZ, EN GRAMOS POR 15 DÍAS

	Carne y derivados	Gramos por persona	Pescado y mariscos	Gramos por persona	Huevos	Gramos por persona	Productos lácteos	Gramos por persona
Vázquez 2007	7 245	1 207,5	1 515	252,5	1 452	242	3 047,5	507,91
Vázquez 2010	6 202	1 033,66	1 430	238,33	1 012	168,66	2 585	430,83
Vázquez 2012	7 085	1 417	2 785	557	1 234	246,8	3 550	710
López 2010	615	307,5	735	367,5	616	308	705	352,5
López 2012	860	430	795	397,5	704	352	485	242,5

Ruth López no comparte la idea corriente de que solo cuentan las proteínas animales, idea impuesta también por su situación económica. En mi observación

10. Arroz cocido en el caldo del potaje y con algunos frijoles dentro.

11. Arroz con colorante amarillo, cebolla, pimienta y un poco de carne de cerdo o de pollo.

pude remarcar que cuando cocina un potaje de frijoles, lentejas u otras legumbres secas, no las acompaña de proteínas animales diciendo que « los granos ya contienen proteínas ». Esta lógica se refleja en la Tabla 5 viendo un consumo mucho menos importante de carne en casa de los López que en los Vázquez, los cuales siempre añaden productos cárnicos a su consumo más allá del racionamiento, aunque no siempre de buena calidad (salchichas, picadillos...). Por el contrario, la proteína animal más barata, los huevos, se consume en mayor proporción que en casa de los Vázquez. El consumo de pescado se ve favorecido por la distribución en el racionamiento especial de Ruth y, aunque el jurel está poco valorado socialmente, es muy bueno a nivel nutritivo. Para la comida, Catalina y su hija comen generalmente carne o pescado, pero la cena suele ser más ligera, compuesta de tubérculos o leche. La desigualdad de ingresos hace que los Vázquez puedan tener en la cena la misma presencia de proteína animal que en la comida, a diferencia de los López.

Excepto una pizza individual, en los dos años de observación, las dos mujeres no han comprado ningún producto congelado o procesado ni han comido cosas de la calle. Tampoco compran dulces ni bebidas porque no se lo pueden permitir. Con una suma inferior de dinero invierten en productos que les permiten completar sus comidas, como por ejemplo frutas, que se pueden consumir durante todo el día, o tubérculos que dan una sensación de mayor saciedad. Como podemos ver en este ejemplo, una menor capacidad adquisitiva puede implicar una orientación nutricional más pensada en la salud que en el placer.

En el caso de los López podemos constatar que los once productos más consumidos en 2010 y en 2012 provienen del racionamiento: arroz, pan, jurel, azúcar moreno, frijoles negros, huevos, pollo, leche en polvo, malanga y plátano verde. Igual que todas las proteínas animales excepto la carne de puerco, ofrecida por su sobrino en 2012. Así, la familia López se alimenta sobretudo de productos racionados, añadiendo básicamente frutas y verduras. A la hora de comprar en el mercado negro, estos productos se encuentran fácilmente y a menor precio que otros más valorados socialmente y, aunque los productos consumidos por los López sean mayormente racionados, no todos proceden de sus cuotas sino también del mercado negro o de dones.

La guía alimentaria cubana [Porrata, 2003, p. 24] aconseja que los métodos de cocción predominantes sean al vapor o con poca agua y eliminar la fritura, debido a la destrucción de vitaminas que comporta. Sin embargo este método de cocción es el preferido por los cubanos en general y por los Vázquez en particular, donde encontramos un gran consumo de plátano frito, croquetas, *chicharrones* y huevos fritos. A su vez, casi toda la carne y el pescado han sido cocinados en la sartén con aceite, y solo encontramos proteína animal hervida cuando se cocina en forma de sopa. De manera contrastada, en casa de los López prácticamente no se fríe y encontramos muchos más platos hervidos, ya que el aceite es un producto caro.



¿La familia Vázquez y López se ajustan a las recomendaciones nutricionales?

Los datos nutricionales de la FAO sobre Cuba provienen de cifras y estadísticas suministradas por el Gobierno cubano. El caso cubano puede ser problemático debido a la falta de control de los datos. El informe de 1994-1996 de la FAO estima en 2350 kcal el consumo alimenticio medio del cubano. Sorprende que en este periodo, que corresponde a la peor crisis económica que ha vivido el país, los datos sean tan elevados y con cifras tan parecidas a otras economías de la región más desarrolladas que Cuba, como Venezuela (2400 kcal) y la Guayana (2410 kcal). Los datos más recientes de la FAO señalan la cifra media calórica cubana entre las primeras de América Latina, cerca de países como Argentina, Brasil y México, y con un aumento constante.

TABLA 6. CÁLCULO NUTRICIONAL CUBA, SEGÚN LA FAO

	2000-2002	2006-2008	2014-2016
Calorías	3110	3420	3533

Fuente: www.fao.org/fileadmin/templates/.../FoodConsumptionNutrients_es.xls

Actualmente los análisis alimentarios tienen más en cuenta el equilibrio nutricional que la sola cifra calórica, más utilizada en los años noventa.

La Oficina Nacional de Estadística cubana aporta también cifras sobre consumo calórico medio y sobre las cantidades de los diferentes aportes nutricionales.

TABLA 7. APOORTE NUTRICIONAL DE CONSUMO APARENTE POR HABITANTE¹²

	2003	2004	2005	2006
Energía (kcal.)	2936	3226,5	3245,5	3268,4
Proteínas (g)	72,95	82,88	82,5	82,9
Grasas (g)	42,1	46	53,4	58
Ácidos grasos Esenciales (g)	10,72	11,76	14,5	14,6

Fuente: tabla realizada a partir de las cifras de la ONE (Oficina Nacional de Estadísticas) de Cuba, <http://www.one.cu/publicaciones/03estadisticasociales/consumoalim/consalimentos2006.pdf>

La restructuración económica de Raúl Castro ha implicado medidas alimentarias drásticas en el país: el cierre de la mayoría de comedores obreros, una

12. Consumo aparente es el término estadístico utilizado por la ONE.

reducción de los productos distribuidos por la libreta de abastecimiento y el inicio del debate sobre la eliminación del sistema alimentario de racionamiento. Con estas medidas, la cobertura social del Estado en la ingestión calórica de la población se ha visto reducida. Esta política afecta directamente a las familias más desfavorecidas y sin acceso al CUC, como la familia López, dependientes de los subsidios del Estado. La necesidad, cada vez mayor, de recursos privados de las familias para abastecerse crea grandes desigualdades sociales y alimenticias entre la población más allá de las políticas sociales del Estado cubano.

Para acceder a datos propios y compararlos con los oficiales, hemos realizado la conversión de los menús de las dos familias a nivel nutricional, con el objetivo de cuantificar el equilibrio de su dieta. Hemos dividido cada comida y anotado los gramos y los ingredientes utilizados en cada una de ellas, gracias a la balanza. Al final de cada comida un recapitulativo muestra el total consumido por comida y el total nutricional por persona (dividiendo la cifra calórica total por el número de comensales).

TABLA 8. ANÁLISIS NUTRICIONAL DE PRODUCTOS CONSUMIDOS POR LOS VÁZQUEZ EN 2007 POR PERSONA

Fecha	Número comensales	Producto	Cantidad en gramos	Energía en (Kcal/100 g)	Proteínas vegetales	Proteínas animales	Glúcidos (azúcares)	Lípidos (grasa)	Azúcares
Miércoles 4 abril									
DESAYUNO	5	Café	38	0	0,05	0	0	0,01	0
		Leche en polvo	70	347	0	18,42	26,89	18,7	26,89
		Té negro	300	3	0	0	0,9	0	0
		Azúcar blanco	65	252	0	0	64,99	0	64,87
		Pan	105	280	11,26	0	51,11	3,4	6,21
		Galletas saladas	150	549	11,85	0	123,3	1,95	1,6
		Aceite soja	5	44	0	0	0	5	0
Total desayuno				1 475	23,16	18,42	267,19	29,06	99,57
Total por persona				295	4,63	3,68	53,44	5,81	19,91
COMIDA	6	Frijoles negros	750	990	66,45	0	177,83	4,05	11,68
		Cebolla cruda	80	32	0,88	0	7,47	0,08	3,39
		Cebolla cocinada	120	53	1,63	0	12,18	0,23	5675
		Pimiento Verde cocinado	70	18	0,64	0	4,28	0,14	2,23
		Pimiento Rojo	80	21	0,74	0	4,89	0,16	3,51
		Comino	0,4	4	0,22	0	0,54	0,26	0,02
		Orégano	0,5	1	0,04	0	0,34	0,02	0,02
		Pimiento Dulce	0,2	0,18	0	0	0,01	0	0
		Pimienta Negra	0,3	1	0,03	0	0,19	0,01	0
		Vinagre	7	1	0	0	0,02	0	0



Fecha	Número comensales	Producto	Cantidad en gramos	Energía en (Kcal/100 g)	Proteínas vegetales	Proteínas animales	Glúcidos (azúcares)	Lípidos (grasa)	Azúcares
		Sal	9,5	0	0	0	0	0	0
		Azúcar blanco	5	19	0	0	5	0	4,99
		Arroz	600	582	12,12	0	126,54	1,14	0,3
		Berenjena	495	163	4,11	0	40,29	1,14	15,84
		Tomate crudo	315	57	2,77	0	12,25	0,63	8,28
		Tomate cocinado	120	22	1,14	0	4,81	0,13	2,99
		Perejil	5	15	1,33	0	2,53	0,27	0,36
		Aceite soja	48	424	0	0	0	48	0
		Harina	40	146	4,13	0	30,52	0,39	0,11
		1 huevo crudo	44	63	0	5,53	0,32	4,18	0,16
		Col cruda	225	56	2,88	0	13,05	0,22	7,2
Total comida				2668,18	99,11	5,53	443,06	61,05	5736,08
Total por persona				444,7	16,52	0,92	73,84	10,18	956,01

Hemos utilizado el convertidor nutricional del Departamento de Agricultura del Gobierno de Estados Unidos¹³ ya que, a pesar del bloqueo económico a Cuba, encontramos muchos productos alimentarios de origen estadounidense en la isla (pollo, huevos, manzanas, etcétera). Además, estando en el mismo continente, hemos valorado más pertinentemente utilizar los referentes americanos que los europeos.

El análisis de los menús de los Vázquez nos dan unas cifras calóricas sorprendentemente bajas, las cuales en ninguno de los tres años sobrepasan las 1500 kcal, siendo la mitad de las presentadas por la FAO y la Oficina Nacional de Estadísticas (ONE). Las cifras puede que no sean directamente comparables, ya que no hay que confundir las medias obtenidas a partir de grandes muestras con las obtenidas a partir de pequeñas cifras, y aún menos se debería confundir la media con la norma. Por ejemplo, Creff y Layani [2009, p. 10-11] remarcan cómo dos deportistas campeones franceses, con la misma morfología y gasto energético, tienen consumos energéticos muy diferentes. Por una parte A. M. consume 2500 kcal y J. A. 6000 kcal. De esta manera vemos la dificultad de determinar las cantidades adecuadas que deben ser regularmente ingeridas, ya que varían según las personas.

Pero en lo que concierne las proporciones de los macronutrientes, la composición alimentaria de los Vázquez es variada y está bien equilibrada. Los valores aceptables de macronutrientes, según las recomendaciones internacionales, proponen entre un 10-30% de proteínas, un 45-65% de glúcidos y entre un 20-35% de lípidos.

13. Para más información: <http://ndb.nal.usda.gov/ndb/search>

TABLA 9. CONSUMO CALÓRICO Y PORCENTAJE DE MACRONUTRIENTES DE LA FAMILIA VÁZQUEZ

	2007	2010	2012
Ingestión calórica por persona	1 344,01	1 244,23	1 431,53
Proteínas animales %	6,61 %	8,40 %	10,31 %
Proteínas vegetales %	7,71 %	5,88 %	6,10 %
Proteínas totales	14,32 %	14,28 %	16,42 %
Glúcidos	62,13 %	55,07 %	55,18 %
Lípidos	25,31 %	30,33 %	30,34 %

Las proteínas ingeridas por la familia Vázquez implican entre un 14 y un 16 % de la ingestión calórica, siendo unas cifras más elevadas que la tasa de la FAO (9,5 %) en su informe sobre Cuba realizado entre 1999 y 2000¹⁴.

Sorprendentemente, con un poder de compra alimentario reducido, la energía cotidiana consumida por los López es incluso menos deficiente que la de los Vázquez. Santé Canada indica como aceptable 1500 calorías para mujeres inactivas de más de 70 años. Además, con una menor variabilidad de platos cocinados, no hay un gran desequilibrio en las proporciones de macronutrientes.

TABLA 10. CONSUMO CALÓRICO Y PORCENTAJE DE MACRONUTRIENTES DE LA FAMILIA LÓPEZ

	2010	2012
Ingestión calórica por persona	1 589,94	1 451,02
Proteínas animales %	5,43 %	5,75 %
Proteínas vegetales %	7,15 %	7,79 %
Proteínas totales	12,58 %	13,54 %
Lípidos	28,45 %	25,04 %
Glúcidos	61,67 %	60,84 %

En relación a las normas nutricionales los dos regímenes observados comportan un aporte de glúcidos elevado, un aporte de lípidos más débil y un aporte proteínico en el nivel inferior de lo aceptable. Entre los glúcidos figura el azúcar, producto muy consumido en una isla productora, y los hidratos de carbono, que dan una mayor sensación de saciedad. Aunque estas cifras de equilibrio son importantes, hay que anotar que dejan una parte de incertidumbre en un equilibrio nutricional real como los que presentamos, ya que pueden diferir en una situación de fuerte déficit calórico, como es el caso de las familias estudiadas.

14. Para más información: <http://www.fao.org/3/a-aq019s.pdf>



Descartadas estas confusiones, nuestras observaciones directas siguen siendo indicaciones instructivas y, para contestarlas, necesitaríamos otras investigaciones etnográficas de primera mano, al mismo nivel de detalle, con carácter científico y sin ideologías que puedan influir en los resultados.

Conclusión

El análisis de datos de propios nos ha permitido observar los posibles déficits nutricionales de las familias estudiadas en relación a sus recursos económicos, lejos de los datos provenientes de una estimación nacional a partir de datos macroeconómicos.

La familia Vázquez de La Habana, sin ser «típica», comparte una gran parte de las características de otros hogares de la ciudad: migración interna de la parte oriental de la isla a La Habana, migración de una parte de la familia a Miami y la dependencia de las remesas del extranjero. Por su parte, la comparación con los López, una familia sin ayuda del extranjero y con poca capacidad de generar más ingresos más allá de su pensión, nos sirve de contrapunto a la realidad analizada.

Encontramos expresiones de privaciones en las dos familias, viendo que aunque la economía doméstica de los Vázquez sea más favorable, la penuria de los mercados y los elevados precios afectan a toda la población por igual. Las dos familias aplican diferentes estrategias de «resolver» según sus posibilidades. Por ejemplo, a menores recursos, menos variedad de condimentos y menos utilización de aceite, hecho que hace variar también las formas de cocinar. Por el contrario, unos mayores recursos económicos no implican un mayor equilibrio nutricional. Los Vázquez se lanzan a un consumo mayor de azúcares refinados (bebidas azucaradas, postres industriales, etcétera), derivados de carne (salchichas, picadillos, etcétera), los cuales se han comprobado perjudiciales para la salud, así como productos precocinados como pizzas, mayonesa, verdura congelada o comida enlatada. Después de más de cinco décadas de racionamiento y de restricciones alimentarias, con un mayor poder adquisitivo, las conductas alimentarias se dirigen a un consumo de productos mejor considerados socialmente, en relación al precio y a la variedad, que a las cualidades nutricionales.

Uno de los resultados de la investigación ha sido corroborar una gran diferencia entre los datos calóricos oficiales y nuestros datos de primera mano. Los datos del Gobierno cubano son sorprendentes, hasta el punto de preguntarnos si nos referimos al mismo país. Según estos, en 2007 la población cubana consumía 3 288 kilocalorías diarias, mientras que en el caso de las familias estudiadas, la ingestión calórica no sobrepasa los 1 600.

Esta gran diferencia entre los datos recogidos pone sobre la mesa la importancia de un cuestionamiento de la metodología oficial. Hay que tomar en cuenta la pluriactividad profesional para obtener los recursos de las familias, lejos de una

sola categoría profesional, ya que las economías familiares reposan en su gran mayoría sobre una combinación de actividades (trabajos en negro, intercambios, reventas, ayudas del extranjero, trueques y otros mecanismos para poder llegar a fin de mes). Además, es de vital importancia tener en cuenta la multiplicidad de fuentes de abastecimiento incluyendo el mercado negro y las redes sociales.

BIBLIOGRAFÍA

- **AGRUPACIÓN CATÓLICA UNIVERSITARIA**, «Encuesta de trabajadores rurales, 1956-1957», *Revista Economía y Desarrollo*, n° 12, 1972, p. 22-26.
- **COJÍMAR Julia**, «Bienestar ficticio y malestar real en Cuba. Los Vázquez: etnografía de una economía familiar en La Habana», *Nuevo Mundo Mundos Nuevos* [en línea], Questions du temps présent, mis en ligne le 25 avril 2008. Disponible en: <http://nuevomundo.revues.org/30675>
- **CONTRERAS HERNÁNDEZ Jesús y GRACIA ARNÁIZ Mabel**, *Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas*, Barcelona, Ariel, 2005.
- **COTTEREAU Alain y MOHATAR MARZOK Mokhtar**, *Une famille andalouse: ethnocomptabilité d'une économie invisible*, París, Bouchene, 2012.
- **CREFF Albert-François y LAYANI Daniel**, *Manuel de diététique*, París, Masson, 2009.
- **DÍAZ TENORIO Mareelén**, «Estrategias familiares en zonas urbanas y rurales de Cuba: similitudes y diferencias», La Habana, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, 2003.
- **FAO**, United Nations, *Monthly Bulletin of Agricultural Economic and Statistics*, vol. 26, abril 1977.
- **FERRIOL Angela**, «Acercamiento al estudio de la pobreza en Cuba», Boston, Centro de Estudios Latinoamericanos David Rockefeller/ Universidad de Harvard, 2003.
- **FISCHLER Claude**, *El omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo*, Barcelona, Anagrama, 1995.
- **GONZÁLEZ NORIEGA Estrella y NÚÑEZ GONZÁLEZ Niurka**, «Algunas transformaciones en las comidas tradicionales de la población rural cubana», *Revista Cubana de Alimentación y Nutrición*, vol. 2, n° 15, 2001, p. 139-145.
- **JIMÉNEZ SOLER Guillermo**, «La cultura culinaria del mar en Cuba: origen y evolución», Catauro, *Revista cubana de antropología*, n° 19, 2009, p. 62-80.
- **LEYVA MARTÍNEZ Ivette**, «Festín para la memoria: el exilio gastronómico», *Encuentro de la Cultura Cubana*, n° 33, 2004.
- **MULET PASCUAL Margalida**, «Resolver: un art cubain de la débrouille. La gestion du quotidien des Vazquez, une famille transnationale dans la Cuba des années 2000», tesis de doctorado, EHESS, París, 2016.
- **NOVA GONZÁLEZ Armando**, «Situación de la alimentación en el mundo y en Cuba», *Economía y Desarrollo*, vol. 132, n° 1, enero 2003.
- **NOVA GONZÁLEZ Armando**, «El sector agropecuario en Cuba», *Nueva Sociedad*, n° 216, agosto 2008, p. 77-89.
- **NOVA GONZÁLEZ Armando**, «Línea de desarrollo y resultados de la agricultura cubana en los últimos 50 años», conferencia en el seminario «Economía Cubana y Gerencia Empresarial», 2009.
- **NÚÑEZ GONZÁLEZ Niurka y BUSCARÓN OCHOA Odalys**, «Algunos apuntes sobre el sistema alimentario en el barrio de Atares, Cerro, Ciudad de La Habana»,



Revista Cubana de Alimentación y Nutrición, n° 9, 1995, p. 46-50.

- NÚÑEZ GONZÁLEZ Niurka, «Algunas concepciones alimentarias de los cubanos», *Revista Cubana de Alimentación y Nutrición*, vol. 1, n° 13, 1999, p. 46-50.
- PONTE Antonio José, *Las comidas profundas*, Angers, Deleatur, 1997.
- PORRATA Carmen *et al.*, *Guías alimentarias para la población cubana mayor de dos años de edad*, La Habana, Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos, Ministerio de Salud Pública República de Cuba, 2003.
- POULAIN Jean-Pierre (dir.), *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Presses universitaires de France, 2012.
- RAMOS LAUZURIQUE Arnaldo, «El dilema de la libreta de racionamiento», *Revista Hispano Cubana*, n° 37, primavera-verano 2010, p. 75-79.
- SANTÉ CANADA, disponible en: <http://www.hc-sc.gc.ca/index-fra.php>
- UNITED NATIONS, *FAO Yearbook*, 2000.
- VÁZQUEZ Madelaine y MONTESINOS Alejandro, *Comer en casa: 100 recetas de la cocina cubana*, La Habana, Ed. Científico-Técnica, 2010.

RESUMEN

ALIMENTACIÓN Y ANÁLISIS NUTRICIONAL EN LA HABANA BAJO EL PRISMA DE LA ETNOCONTABILIDAD:
EL CASO COMPARATIVO DE LAS FAMILIAS VÁZQUEZ Y LÓPEZ

El presente artículo muestra la influencia sobre la cultura alimentaria de la isla que han tenido las transformaciones socioeconómicas impuestas en Cuba a partir del triunfo de la revolución. Comprobamos una falta de fiabilidad de los datos macroeconómicos y estadísticos oficiales sobre la producción agrícola, por un lado, y sobre el consumo nutricional de los cubanos, por otro. Este fenómeno lo encontramos a su vez en los organismos internacionales, como la FAO o la OMS, ya que, en la mayoría de los casos, sin datos propios, publican los mismos datos oficiales sin análisis crítico. Este artículo propone una comprensión más directa y global del fenómeno alimentario en Cuba a través de la cohabitación y la observación participante en dos familias, los Vázquez y los López. Nuestra metodología consiste en un análisis etnocontable del gasto alimentario y de los circuitos utilizados por la familia durante 15 días, además de los menús consumidos y su conversión nutricional (kcal, proteínas, glúcidos, lípidos).

RÉSUMÉ

ALIMENTATION ET NUTRITION Á LA HAVANE SOUS LE PRISME DE L'ETHNOCOMPTABILITÉ :
LE CAS DE DES FAMILLES VÁZQUEZ ET LÓPEZ

Cet article se donne pour objectif de montrer l'influence des transformations socio-économiques imposées à Cuba après le triomphe de la Révolution (1959), sur la culture alimentaire de l'île. Localement, l'analyse se heurte au manque de fiabilité des données macro-économiques et statistiques officielles sur la production agricole, d'un côté, et sur la consommation nutritionnelle des Cubains de l'autre. Le même problème se pose dans les organismes internationaux, comme la FAO ou l'OMS ; ces derniers ne disposent pas de données propres et se contentent surtout de reprendre,

sans distance critique, les rapports officiels envoyés par l'administration. Comment comprendre de façon plus directe et globale le phénomène alimentaire à La Havane ? Nous proposons une observation ethnographique en partageant la vie quotidienne et les pratiques alimentaires de deux familles, les Vázquez et les López. La méthodologie ici présentée s'appuie sur l'analyse ethno-comptable des achats alimentaires et des circuits d'approvisionnement utilisés par la famille sur une durée de quinze jours. Les menus consommés et leur conversion nutritionnelle (kcal, protéines, glucides, lipides) sont également analysés.

ABSTRACT

DIET AND NUTRITION IN LA HAVANA THROUGH THE PRISM OF THE ETHNO-ACCOUNTING:
THE CASE OF THE VÁZQUEZ AND LÓPEZ FAMILIES

This article aims to show the influence of the socio-economic transformations imposed on the food culture in the island since the triumph of the revolution. On the one hand, we found a lack of reliability of official macro-economic and statistical data on agricultural production and of the nutritional intake of Cubans, on the other hand. This phenomenon is found in turn in international organizations such as FAO or WHO, which, in lack of own data, publish their official data without a critical analysis. This article proposes a more direct and comprehensive understanding of the food phenomenon in Cuba through cohabitation and participant observation within the Vazquez's and López family. Our methodology is ethno-accounting analysis of the food shopping and circuits used in the family during a period of 15 days, as well as consumed meals and nutritional conversion (kcal, protein, carbohydrates, lipids).

Texte reçu le 29 septembre 2016, accepté le 13 mars 2017.

PALABRAS CLAVES

- antropología
- consumo
- cubanidad
- economía doméstica

MOTS-CLÉS

- anthropologie
- consommation
- cubanité
- économie domestique

KEYWORDS

- anthropology
- consumption
- cubanness
- household economy