Alimentación natural y artificial en el hombre

La creación del alimento humano como obra de cultura

FAUSTINO CORDON

Se oye frecuentemente defender la necesidad de no desviarse del alimento natural, a veces con una preocupación obsesiva provocada (con frecuencia interesadamente) por diversas coyunturas. Pero si nos preguntamos qué distingue el alimento del hombre del de los demás animales nos encontramos con la respuesta paradójica de que el alimento natural del hombres es precisamente el alimento artificial, es decir, el alimento producido por él mismo y adecuado por él a sus necesidades y gustos. No puede ser, de otro modo; el hombre es un ser social que, en gran parte, llegó a serlo buscando alimento; es el ser vivo vinculado continuamente a sus congéneres por la palabra, y todo cuanto hace lo realiza actuando socialmente sobre la Naturaleza.

En apoyo de lo expuesto comparemos la relación en que están con su alimento, por una parte, todos los animales y, por otra, ese animal especial, culminante, que es el hombre. El alimento propio de una especie animal cualquiera precedió a la especie animal adaptada a él; y, en consecuencia, el modo de alimentarse toda especie en estado de naturaleza se manifiesta en su carácter y en todas sus estructuras corporales que se han ido configurando cada vez más especializadamente a su tipo de alimento. De este modo, cada especie animal queda confinada irreversiblemente a su alimento peculiar y su población no puede rebasar de la provisión natural de este alimento. Así sucedía con la especie animal antepasada directa del hombre, pero muy otro es el caso del hombre mismo.

El hombre crea sus propios alimentos, transformando profundamente los productos naturales

Despegue del hombre

En efecto, el hombre desde que se despegó de la animalidad con la conquista de la palabra, se diferencia de todas las especies animales, ante todo, por el progresivo descubrimiento de alimentos nuevos y de modos cada vez más eficaces de conseguirlos, con lo que se han ido rompiendo los límites demográficos a la población humana; y, en segundo lugar, a diferencia de los animales, la estructura somática humana no se adapta a su alimento, sino que éste (de procedencia cada vez más variada) es lo que se adapta por el hombre a su capacidad digestiva. En pocas palabras, el hombre no se hace a su alimento, sino que hace a su alimento conforme a sí (por selección, por adecuado tratamiento culinario). Los hombres, pues, a pesar de que, según los climas y culturas, tienen regímenes distintos muy variados, no se diferencian congénitamente unos de otros por su aparato digestivo, ni, lo que es más, éste ha debido modificarse en el curso de la evolución humana, como no sea una ligera degeneración debida al hecho de haberse dispuesto de alimentos tratados de modo que han ido resultando cada vez más fáciles de masticar y de digerir.

Esta relación con el alimento, originaria y característica del hombre, diferencia cualitativamente de la especie animal ancestral ya al hombre primitivo, aunque éste, como el mono, siguiera siendo un nómada recolector de alimentos. El hombre aplicaba a conseguir alimento recursos cada vez más variados y eficaces, artificios de caza, utensilios para desgarrar la piel y lograr acceso a la carne de piezas grandes, aplicación del fuego para volver comestibles productos indigeribles en crudo, transporte de alimento en exceso a lugares de almacenamiento, etcétera. Estos y otros recursos artificiales han permitido que el hombre, desde su origen, haya competido con éxito con otras especies animales ante el alimento de éstas y trastornado así, involuntariamente, en su provecho, más o menos, el equilibrio ecológico entre especies.

Modificación profunda

Es sabido por todos que el recolector primitivo fue acumulando, en el curso de su progreso, un conocimiento de los animales y plantas que le permitió elevarse a un nuevo nivel de acciones en la conquista artificial de alimento; desde saquear el ecosistema natural, trastornando más o menos su equilibrio entre especies, pasó a sustituirlo por todo un ecosistema nuevo producido y conservado por él a su servicio: en otras palabras, pasó a producir su alimento por la agricultura y la ganadería. Desde entonces no sólo consigue una cantidad mucho mayor de alimento, sino que el aumento y concentración de población y la intensificación de las relaciones de producción así determinados aceleró notablemente la acumulación de conocimientos empíricos. El hombre, asentado, entró en la historia. Con respecto a nuestro contexto alimentario, el hombre, de tratar artificialmente productos naturales para hacerlos asimilables, pasó a modificar cada vez más profundamente los productos mismos, logrando las estirpes artificiales de plantas cultivadas y de animales domésticos, tan obra del hombre que, en ocasiones, no se reconoce ya la especie silvestre ancestral. Asimismo, se lograron métodos nuevos de transformar y conservar alimentos (a veces, tan sutiles como la aplicación inconsciente de microorganismos en la producción del queso y de las bebidas alcohólicas).

Por lo demás, la naturaleza es una y uno e indivisible el progreso del hombre en su dominio. Sin duda, durante los tiempos de progreso empírico precientífico, los avances técnicos en los más diversos campos terminaban contribuyendo, de algún modo, a perfeccionar la obtención y preparación artificiales de alimento. Con el desarrollo del conocimiento y, sobre todo, desde que éste se elevó a ciencia, la repercusión sobre la agricultura, la ganadería, la tecnología y hasta la preparación de alimentos, de los progresos en cualquier rama científica, se hace cada vez más intensa y consciente y se produce en menos tiempo. De hecho, es incalculable la influencia, evidentemente favorable (como lo muestra el aumento de población), de la ciencia experimental durante los siglos XIX y XX, en que se acumulan los resultados trascendentes (los abonos químicos, los plaguicidas, la aplicación de la genética a la obtención de híbridos, las grandes técnicas de conservación de alimentos, la aplicación de los conocimientos de la nutrición a la alimentación artificial de los lactantes, a impedir las enfermedades carenciales, etcétera). Ante este estado irreversible de cosas, ¿qué puede significar el deseo de volver al alimento natural? Tal vez no sea sino una llamada a la ciencia para que ésta desenmascare la adulteración, descubra el alimento que no es lo que dice ser. Pero sepamos firmemente que el alimento natural del hombre es el mejor que consigue en cada momento su desarrollo cultural.

Alimento científico

Y en este sentido es de prever en un plazo inmediato un progreso sustancial resultado del salto cualitativo que están dando la ciencia, progreso al que sería de desear y cabe en lo posible que los españoles contribuyesen activamente. Se trataría de la transformación racional del alimento tradicional en alimento científico, en *dietético*. No se trata ya de la aplicación circunstancial al alimento de progresos en tal o cual ciencia, sino de la aplicación ordenada sistemática de la ciencia a hacer progresar todo alimento humano en tres sentidos fundamentales:

1. El cuerpo animal (y, por tanto, el humano) ha desarrollado su capacidad neuromuscular de acción alimentándose: buscando activamente el alimento y luego digiriéndolo y distribuyéndolo entre los tejidos. Sin duda, la degeneración muscular consiguiente a nuestro modo sedentario de buscar alimento es notoria y puede corregirse haciendo ejercicio. Igualmente perjudicial es la posible degeneración digestiva y la incoordinación nerviosa de alimentos demasiado digestibles o mal saborizados que tiene el peligro adicional de no percibirse, sino por sus efectos. Adecuar bien todo alimento a la aptitud digestiva del usuario y a la educación de sus reflejos, así como a la dieta general y a la tradición culinaria es una primera tarea sistemática para lograr un alimento perfecto.

2. El animal (y el hombre) se alimenta para alimentar sus células, de cuya coordinación de actividades él mismo resulta. Una segunda tarea es que el conjunto armónico de toda la comida posea todos los componentes necesarios para el metabolismo celular y en sus proporciones convenientes, y

3. Tarea urgente de la época, en fin, es alimentar convenientemente a todos los hombres. La ciencia, pues, debe esforzarse intensamente en lograr en cada ámbito nacional los productos que con mayor rendimiento y a menor costo consigan alimentos de las dos gamas de cualidades señaladas. Ante todo, debe ennoblecer productos vegetales para elevarlos en la proporción conveniente al consumo directo por el hombre, evitando la transformación onerosa en carne.

Citroën GS
Confort hidroneumático
desde 277.100
pts. F.F.
Pruébelo en:
autotodo
Coches nuevos y ocasión Financiación • Talleres
abrimos sábados tarde Tel. 273 94 12 - Narváez, 86
CITROËN GS

PARCELAS
desde 750 metros cuadrados
Urbanización en Valdemorillo
A 40 Km. de Madrid y excelentes comunicaciones. Con Club Social, supermercado permanente, piscinas, instalaciones deportivas, Club Náutico y embalse navegable para uso exclusivo de los socios propietarios. 700 chalés construidos y habitados. Facilidades, seis años.
TELEFONO 410 39 52

MANZANARES EL REAL
Urbanización Peña El Gato
Nueva fase de parcelas a la venta. Todos los servicios. Magníficas vistas. Información, sábados y domingos propia urbanización, y en Madrid.
Inmobiliaria BELLO
Avda. Jose Antonio, 26 4.°
Tels 222 76 67 y 222 79 32