

Revista Española de Nutrición Humana y Dietética

Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics


www.renhyd.org

EDITORIAL

Rol de género en la alimentación: una reflexión necesaria

➤ Gender role in food: a necessary reflection

Claudia Troncoso-Pantoja^{a,b,*}, Alberto Pérez-López^c, Patricio Pérez-Armijo^d, Édgar Pérez-Esteve^e, Ashuin Kammar-García^f, Amparo Gamero^g, Tania Fernández-Villa^{h,i}, Macarena Lozano-Lorca^{j,k}, Evelia Apolinar-Jiménez^l, Manuel Reig García-Galbis^m, Fanny Petermann-Rochaⁿ y Rafael Almendra-Pegueros^o

a Departamento de Salud Pública, Facultad de Medicina, Universidad Católica de la Santísima Concepción, Concepción, Chile

b Vicerrectoría de Investigación y Postgrado, Universidad Arturo Prat, Iquique, Chile.

c Departamento de Ciencias Biomédicas, Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad de Alcalá, Madrid, España.

d Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Isabel I, Burgos, España.

e Instituto Universitario de Ingeniería de Alimentos FoodUPV, Universitat Politècnica de València, Valencia, España.

f Dirección de Investigación. Instituto Nacional de Geriátrica. Ciudad de México, México.

g Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública, Ciencias de la Alimentación, Toxicología y Medicina Legal, Facultad de Farmacia y Ciencias de la Alimentación, Universitat de València, Valencia, España.

h Grupo de Investigación en Interacciones Gen-Ambiente y Salud (GIIGAS) / Instituto de Biomedicina (IBIOMED), Universidad de León, León, España.

i Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP), Madrid, España.

j Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública, Facultad de Ciencias de la Salud de Melilla, Universidad de Granada, Melilla, España.

k Instituto de Investigación Biosanitaria ibs. GRANADA, Granada, España.

l Hospital Regional de Alta Especialidad del Bajío adscrito a Servicios de Salud del Instituto Mexicano del Seguro Social para el Bienestar (IMSS-Bienestar), León, Guanajuato, México.

m Departamento de Química Analítica, Nutrición y Bromatología, Facultad de Ciencias, Universidad de Alicante, Carretera San Vicente del Raspeig s/n, 03690 San Vicente del Raspeig, Alicante, España.

n Centro de Investigación Biomédica, Facultad de Medicina, Universidad Diego Portales, Santiago, Chile.

o Institut de Recerca Sant Pau (IR SANT PAU), Barcelona, España.

*ctroncosop@ucsc.cl

Editor Asignado: Rafael Almendra-Pegueros, Institut de Recerca Sant Pau (IR SANT PAU), Barcelona, España

Recibido: 23/04/2025; Aceptado: 30/06/2025; Publicado: 30/06/2025

CITA

Troncoso-Pantoja C, Pérez-López A, Pérez-Armijo P, Pérez-Esteve E, Kammar-García A, Gamero A, Fernández-Villa T, Lozano-Lorca M, Apolinar-Jiménez E, Reig García-Galbis M, Petermann-Rocha F, Almendra-Pegueros R. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2025; 29(2): e2466.

doi: <https://doi.org/10.14306/renhyd.29.2.2466>

En la historia de la humanidad, el término “género” ha transitado y deconstruido en un sinnúmero de concepciones complejas, las que incluye aspectos legales, biológicos, de autodefinición y de expresiones que constituyen normas sociales relacionadas con comportamientos y apariencias sociales estereotipadas¹. Las normas sociales, moldeadas a través de interacciones aceptadas o rechazadas por la comunidad, se entrelazan con las normas de género, estas últimas de origen institucional e impuestas desde el poder, para lograr direccionar comportamientos esperados para hombres y mujeres, que circundan en un enfoque práctico individual o colectivo². Las normativas de género están influenciadas de manera directa por prácticas que son significativas para grupos sociales y que, por diversas formas de proceder, dirigen las conductas socioculturales³.

El concepto de alimentación, como proceso voluntario, se ha permeado por creencias de género a través del tiempo, lo que ha cimentado dinámicas de roles decantando en mujeres un marcado protagonismo, que, por tradiciones, nivel educacional o políticas, entre otros aspectos, las han conducido a ser las responsables, de una u otra manera, de los cuidados y mantenimiento de patrones alimentarios en sus grupos sociales y familiares⁴. Esto último, sería independiente de la etapa en la trayectoria vital que curse alguna persona: las normativas y diferencias de género trascenderían en la alimentación, desde la selección, preferencias y actitudes hasta la construcción social de que mujeres, solo por el hecho de ser mujeres, presentarían estilos de vida y una alimentación más saludable⁵. Por lo tanto, es necesario comprender que la relación entre género y alimentación entretiene roles, normas y desigualdades que influyen en la toma de decisiones y prácticas alimentarias en diversos contextos sociales y culturales.

Lo expuesto con anterioridad, conlleva una necesaria y profunda consideración sobre la esencia simplificada de generalizaciones en torno a la alimentación y el género: ¿por qué las normativas de género naturalizan un comportamiento estereotipado a mujeres en los cuidados domésticos? Por otra parte, invisibilizando una construcción patriarcal de antaño sobre cuidados domésticos, ¿qué ocurre con los hombres y la alimentación en la actualidad? Para estas preguntas, las respuestas pueden ser tan complejas como variadas, lo que favorece el comprender que género y alimentación, son conceptos que viven una constante tensión y que, a nivel clínico y colectivo, y desde un enfoque sociosanitario, son dinámicos, cíclicos y dependientes del potencial sociocultural de las personas, hecho frecuente de reconocer en la práctica profesional.

Desde una perspectiva sociológica de los ambientes alimentarios domésticos, se mantendría una visión heteronormativa del rol de género, identificándose desigualdades en las tareas domésticas, donde las mujeres mantienen una hegemonía cultural al momento de cocinar⁶ o comprar los alimentos para el hogar (Tabla 1). No obstante, la evolución sociocultural está reasignando, en mayor o menor medida, dinámicas de roles en cuidados domiciliarios, originado también en parte por la inclusión de comidas preparadas

al patrón alimentario individual y familiar, la mayor presencia de las mujeres en el mercado laboral, e incluso, desde otra perspectiva, el incremento de hombres que participan en labores caseras entre las que se incluye cocinar para su grupo familiar⁷.

Los roles de género social asociados a hombres o masculinidades, desde una aproximación binaria, mujer y hombre, transitan entre tipologías que las reconoce como aquellos roles neotraditionalistas, con representaciones de funciones reconocidas como femeninas y masculinas a través del tiempo, o aquellas masculinidades igualitarias, en que las actividades están distribuidas de manera equitativa o también, normativas progresistas, centrada en la justicia social y la equidad⁸. Estas definiciones permiten reconocer que no se presenta solo un tipo de masculinidades en los cuidados domésticos: es una activa construcción sociocultural, y por lo mismo, parte de la toma decisiones individuales con posibles repercusiones colectivas.

Otro elemento esencial de las masculinidades se plasma en los cuidados asignados a la alimentación en los hogares, a los que Neuman⁹ identifica como resultantes de un marcado cambio cultural, político y estructural. El autor imprime el término de “nuevas paternidades” a la interpretación y expectativas esperadas de las sociedades a las actividades que los hombres realizan en la actualidad, como, por ejemplo, el incremento de tiempo que dedican a los cuidados domésticos, aunque los mayores cambios están transitando en mujeres y sus tiempos dedicados a responsabilidades domésticas en diversos contextos (Tabla 1). También aclara que esta acción se presenta en hombres sin hijos, además de señalar que la situación socioeconómica en los grupos familiares, incrementa o reduce la brecha de tiempo destinado a las actividades domésticas, situación que se replica según nivel educacional, ya que, a mayor educación, mayor igualdad en las tareas domésticas⁹.

Al acercarse esta discusión a acciones concretas propias de la seguridad alimentaria, como la selección y preparación de alimentos, se evidencia una fuerte identidad de género. Las normas sociales tienden a asignar estas responsabilidades a las mujeres, reforzando representaciones hegemónicas sobre quién “debe” encargarse de las tareas domésticas vinculadas a la alimentación. Por ejemplo, decisiones cotidianas como quién planifica las comidas, compra los alimentos o cocina para la familia suelen estar marcadas por roles de género. Aunque algunas prácticas, como la preparación de la barbacoa, puedan asociarse culturalmente a los hombres, estas excepciones refuerzan -más que cuestionan- la división tradicional del trabajo en el hogar. En nuestra sociedad, esta elaboración culinaria suele estar cargada de estereotipos de género: en el imaginario colectivo, se asocia a las mujeres la elaboración de las ensaladas, mientras que los hombres asumen el rol de responsables de la parrilla y la carne. Las masculinidades afloran en esta instancia, explorando aquellas patriarcales que consumen carnes de manera libre, sin preocupaciones sanitarias o de sustentabilidad ecológica¹⁰.

Tabla 1. Horas semanales dedicadas a actividades de cuidados y tareas del hogar. España y UE-28. 2016.

Actividades	España		UE-28	
	Hombres	Mujeres	Hombres	Mujeres
Cuidado o educación de hijos	23	38	21	38
Cuidado o educación de nietos	16	16	12	16
Cocinar o hacer labores domésticas	11	20	0	0
Cuidado de familiares, vecinos o amigos enfermos o con discapacidad menores de 75 años	14	20	13	16
Cuidado de familiares, vecinos o amigos enfermos o con discapacidad mayores de 75 años	14	18	10	12

Adaptado de Instituto Nacional de Estadística. Encuesta de Calidad de Vida 2016. Eurofound. https://www.ine.es/jaxiPx/Tabla.htm?path=/t00/mujeres_hombres/tablas_2/10/&file=CTF03G2.px&type=pcaxis&L=0

En este contexto, es fundamental incluir un enfoque de género en las investigaciones del área de la nutrición, dietética y alimentación, ya que hombres y mujeres son capaces de presentar diversos comportamientos al momento de seleccionar o consumir alimentos. Las prácticas alimentarias pueden ser influidas por expectativas sociales de género, con roles que fomenten una alimentación más equitativa, saludable y que reduzca los estereotipos. Esta acción podría beneficiar a la salud de manera individual y colectiva.

La Revista Española de Nutrición Humana y Dietética valora la importancia de considerar enfoques de género en la práctica profesional y el desarrollo de investigaciones. Sin duda, esto representa un valioso aporte en el avance hacia una atención más equitativa a nivel personal y comunitario, lo que contribuye al logro de un bienestar más integral.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Todos los autores participaron en la concepción, redacción del manuscrito y aprobaron la versión final del mismo.

FINANCIACIÓN

No existió financiación para la redacción de este manuscrito.

CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores son editores asociados de la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética (RENHYD).

REFERENCIAS

- (1) Lindqvist A, Sendén M, Renström E. What is gender, anyway: a review of the options for operationalising gender. *Psychol. Sex.* 2020; 12(4), 332–344. <https://doi.org/10.1080/19419899.2020.1729844>
- (2) Cislighi B, Heise L. Gender norms and social norms: differences, similarities and why they matter in prevention science. *Sociol Health Illn.* 2020; 42(2): 407-422. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.13008>
- (3) Cislighi B, Berkowitz AD. The evolution of social norms interventions for health promotion: Distinguishing norms correction and norms transformation. *J Glob Health.* 2021; 11:03065. <https://doi.org/10.7189/jogh.11.03065>
- (4) Das S, Mishra A. Dietary practices and gender dynamics: understanding the role of women. *J Ethn Food.* 2021; 8: 4. <https://doi.org/10.1186/s42779-021-00081-9>
- (5) Bärebring L, Palmqvist M, Winkvist A, Augustin H. Gender differences in perceived food healthiness and food avoidance in a Swedish population-based survey: a cross sectional study. *Nutr J.* 2020; 19(1): 140. <https://doi.org/10.1186/s12937-020-00659-0>
- (6) Fielding P, Oleschuk M. Unequal foodwork: situating the sociology of feeding within diet and nutrition disparities. *Sociol. Compass.* 2023; 17(4): e13067. <https://doi.org/10.1111/soc4.13067>
- (7) Gracia M, Menasche R. Food stories, women's stories: issues on anthropology of food and gender. *Anu. Antropol.* 2024; 49(2): 1-18. <https://doi.org/10.4000/127w7>
- (8) Oliffe JL, Kelly MT, Gao N, Mootz J, Seidler ZE, Rice SM. Neotraditionalist, egalitarian and progressive masculinities in men's heterosexual intimate partner relationships. *Soc Sci Med.* 2023; 333:116143. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2023.116143>
- (9) Neuman N. Foodwork as the New Fathering? Change and Stability in Men's Housework. *Cult. Unbound.* 2021; 12(3): 527-549. <https://doi.org/10.3384/cu.v12i3.3249>
- (10) Pontrandolfo G. Meat in the eye of the storm. Masculine identity reaffirmations and discursive polarisations on gender in the controversy over meat consumption in Spain. *Rev. investig. lingüíst.* 2022; 25: 185-214. <https://doi.org/10.6018/rii.523461>