

Cuenta y Razón

Fundada por Julián Marías en 1981

La Nueva Gastronomía Saludable, Solidaria, Sostenible y Satisfactoria

RAFAEL ANSÓN

PRESIDENTE DE LA FUNDACIÓN DE ESTUDIOS SOCIOLÓGICOS (FUNDES)
PRESIDENTE DE LA REAL ACADEMIA DE GASTRONOMÍA
PRESIDENTE DE HONOR DE LA ACADEMIA INTERNACIONAL DE GASTRONOMÍA



Fundación de Estudios Sociológicos

La Nueva Gastronomía Saludable, Solidaria, Sostenible y Satisfactoria

RAFAEL ANSÓN

PRESIDENTE DE LA FUNDACIÓN DE ESTUDIOS SOCIOLOGICOS (FUNDES)
PRESIDENTE DE LA REAL ACADEMIA DE GASTRONOMÍA
PRESIDENTE DE HONOR DE LA ACADEMIA INTERNACIONAL DE GASTRONOMÍA

Cuatro “eses” son las iniciales de cuatro adjetivos que identifican los elementos claves de una gran revolución. Así es o, al menos, debería ser la “Nueva Gastronomía” en el siglo XXI, en la que España tiene, sin duda, una participación tan decisiva como vehicular.

En su origen, a partir del siglo XIX y, sobre todo en la Belle Époque en París, se reivindicaba el placer a la hora de comer (sobre todo el de unos cuantos privilegiados que tenían la posibilidad de disfrutar). De esta manera se ha mantenido durante muchísimo tiempo. Por eso, cuando se apoyaba o patrocinaba a la gastronomía, daba la sensación de que sólo servía para que unos pocos, unos cuantos privilegiados, pudiéramos disfrutar comiendo.

España, a la cabeza del proceso de cambio

Sin embargo, a partir de los años 80 y 90 del siglo XX, con España a la cabeza, surgió un proceso de cambio en el mundo de la alimentación y de la gastronomía. Por un lado apareció “**la cocina de la libertad**”, tanto por parte del cocinero como del comensal, que encarna, en gran medida, Ferrán Adrià, todo un revolucionario a caballo entre dos siglos, asentado en la Costa Brava, en la que el chef dejaba de ser un artesano para convertirse en un artista, en un creador.

Con su inspiración nace **la cocina de autor, la cocina de la innovación**, que consigue enseguida carácter universal, puesto que al restaurante *el-Bulli* acuden aspirantes a cocineros procedentes de

todos los rincones del planeta. **Y surgen grandes creadores y grandes artistas de la cocina en todos los países del mundo**, no sólo en alguno como antaño, cuando Francia era la única “meca” gastronómica internacional.

Cuatro "eses" son las iniciales de cuatro adjetivos que identifican los elementos claves de una gran revolución. Así es o, al menos, debería ser la nueva gastronomía en el siglo XXI

Paralelamente al advenimiento de esta “cocina de la libertad”, se fue estableciendo, de manera paulatina, una visión global de la alimentación, que toma en cuenta los diferentes ingredientes del hecho alimentario; el aspecto **saludable**; el que afecta a las **relaciones sociales**; a la **cultura**, a la **educación** a su influencia en la **economía**, el **empleo**, la **sanidad** y el **turismo**. Todos ellos configuran el hecho único de la gastronomía, abordado desde una perspectiva general.

Y así, junto a la **nueva cocina** (“la nueva Nouvelle Cuisine” o “The New Nouvelle Cuisine”, como tituló en su momento “The New York Times” respecto al fenómeno Adrià), apareció la Nueva Gastronomía, que se identifica con los diferentes aspectos de la alimentación y se vincula con “las cuatro eses” que encabezan este artículo, puesto que tiene que ser “**saludable, solidaria, sostenible y satisfactoria**”, cuatro valores esenciales e insustituibles.

Saludable

La nueva gastronomía es o debe ser “**Saludable**” porque existe una aquiescencia general con respecto a que lo más importante a la hora de comer es ingerir las calorías y los nutrientes necesarios para tener **calidad de vida y salud**. En este aspecto, la gastronomía entronca con la ciencia y la nutrición, dos disciplinas que, hoy en día, van de la mano de la cocina a la hora de definir la manera de alimentarnos.

La salud es fundamental para la calidad de vida y cualquier propuesta gastronómica de calidad ha de ser, por principio, saludable. Además, apostar por la preocupación nutricional es un concepto muy interesante incluso desde el punto de vista económico, puesto que la alimentación insana genera absentismo y falta de eficiencia laboral, además de enormes costes sanitarios vinculados, por ejemplo, con el sobrepeso y la obesidad o la diabetes.

Por el contrario, saber comer implica más rendimiento profesional y también más y mejores relaciones personales, más satisfacción en suma. Se puede aspirar, como decía el cantante brasileño Roberto Carlos, a tener “un millón de amigos”, porque **la buena alimentación refuerza la autoestima, el optimismo y el entusiasmo por desarrollar todo tipo de actividades**.

Saber comer implica más rendimiento profesional y también más y mejores relaciones personales

Es verdad que hay que comer saludable, pero, en realidad, como decía el profesor Francisco Grande Covián, creador con Gregorio Varela y conmigo de la Fundación Española de la Nutrición, “**la gente comerá lo que debe, si le gusta**”. Es decir, que la nutrición y la gastronomía no llevan un recorrido paralelo sino que se unen y se confunden en la alimentación, que es un hecho unitario, la actividad esencial del ser humano.

Solidaria

Es “**Solidaria**” porque hoy todos estamos de acuerdo en que no se trata de que coman bien unos cuantos privilegiados sino que, ante todo, **hay que acabar con el hambre y la malnutrición en**

el mundo, que nadie ponga en peligro su vida por la falta de alimentos, objetivo irrenunciable para nuestra convivencia. Es decir, todos los seres humanos tienen que comer lo necesario para estar bien de salud y, a poder ser, sin dejar de disfrutar comiendo, porque **el placer gastronómico debe estar, en alguna medida, al alcance de todos**.

No se trata de que coman bien unos cuantos privilegiados sino que, ante todo, hay que acabar con el hambre y la malnutrición en el mundo

Pero hay otro aspecto también fundamental en esa solidaridad: la importancia de compartir. Comer bien es, sin duda, hacerlo saludablemente y disfrutar pero también hacerlo en compañía. Es más, en soledad no se disfruta igual de la buena mesa, que es el lugar de encuentro, de conversación, de vida familiar y de amistad. Mientras se come, se conversa, se comparte, se discute relajadamente. De hecho, grandes querellas se han resuelto a lo largo de la historia sobre la mesa y el mantel. Cuando comemos solos, comemos, sin duda, mucho peor, de forma más rápida y seguramente, menos equilibrada y menos saludable. **La solidaridad es compartir, es amistad, es compañerismo, es trabajar en equipo y, por lo tanto, ser más eficaz y más humano**.

Sostenible

En tercer lugar, la nueva gastronomía es “**Sostenible**”, porque tiene que **pensar siempre en las futuras generaciones**, que han de disfrutar del derecho a comer saludable y placenteramente. Además, esa sostenibilidad, el respeto al medio ambiente y a la ecología, puede facilitar el placer gastronómico. En esta línea, es muy importante que se respeten **las huertas familiares**, espacios cercanos al lugar del consumidor, de forma que podamos tomar los alimentos frescos, tal y como nos los da la Naturaleza, sin necesidad de largos viajes o complicados transportes en los que pasen mucho tiempo en frío. **La proximidad tiene un valor enorme a la hora de alimentarnos y de reivindicar nuestra calidad de vida**.

La sostenibilidad también hace referencia a la preocupación medioambiental de los hosteleros, siempre dispuestos a devolver a los productores,

ya se trate de agricultores, de ganaderos o de pescadores, todo lo que aportan para que nuestra sociedad siga respetando a la Naturaleza y garantizando el futuro de nuestra civilización. Esta colaboración, en beneficio del comensal, es, junto a la salud y el placer, otros de los ejes de la alta cocina en estos tiempos.

Satisfactoria

Por último, debe ser **“Satisfactoria”**, porque **la gente comerá saludable, solidaria y sosteniblemente siempre que disfrute**. Lo importante a la hora de aunar salud y placer es siempre tener en cuenta que los temas sensoriales no se basan sólo en el conocimiento sino también en la experiencia.

Es decir, no basta con que todo el mundo sepa lo que es la Dieta Mediterránea, la mejor manera de alimentarse que se conoce (basada además en nuestra tradición) sino que hace falta que la practique, dentro del gran objetivo global que es **saber comer**. Y no es el caso precisamente de lo que ocurre en nuestro país, donde olvidamos con frecuencia unos valores alimentarios que creíamos tener incluso interiorizados.

Por primera vez, las enseñanzas en Alimentación, Nutrición y Gastronomía y los talleres del gusto se incorporarán al diseño curricular de la Educación Infantil en España

En suma, la satisfacción implica aprender a comer (FOOD SHOPHY) y saber hacerlo para disfrutar al máximo del hecho gastronómico, es decir, alcanzar el placer. Además, lograrlo contribuye **al equilibrio psicológico, a la salud psíquica y mental, a una mayor calidad de vida y una mayor felicidad, no sólo personal sino también del entorno familiar**.

La nueva gastronomía en la educación

En idéntica escala de valores y prioridades, un acuerdo importante ha sido el firmado por la Real Academia de Gastronomía y la Fundación Española de la Nutrición con el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, para crear, a través de **PANGEI** (Programa de Alimentación, Nutrición y Gastronomía para la Educación Infantil), un proyecto pionero **“para enseñar a los niños a comer bien”**.

Su puesta en marcha y la implicación de la Administración genera que, por primera vez, las enseñanzas en Alimentación, Nutrición y Gastronomía y los talleres del gusto se incorporarán al diseño curricular de la Educación Infantil en España.

Módulos teóricos y talleres del gusto

El modelo por el que se apuesta implica que no será solamente un conocimiento teórico por medio de módulos sino que incluirá la parte práctica a través de talleres del gusto. Porque, como apuntábamos antes, en la gastronomía del siglo XXI, **tan importante como adquirir Conocimientos es disfrutar de Experiencias**.

Todo en busca de la gastronomía de las **“cuatro eses”**, a la que también contribuyen iniciativas de promoción en Internet, convertido hace ya años en el **“Aleph”** de Borges, es decir, **“el centro de todas las cosas”**, como las desarrolladas sucesivamente por Google, Youtube, Microsoft y Disney, cada vez más conscientes del peso que la alimentación tiene en la cultura contemporánea.

Todo es posible gracias al mundo digital y a las nuevas tecnologías, que facilitan el desarrollo de los conocimientos adquiridos y el disfrute de experiencias, cada vez más posibles e incluso al alcance de la mano de colectivos más amplios.

Aprender a comer, como se aprende a escribir o leer

En suma, **hay que aprender a comer**, como se aprende a escribir o a leer, a viajar o a vivir en suma, para poder disfrutar comiendo y para que ese placer a la hora de comer no sea contradictorio con la salud y la calidad de vida.

La Resolución del Parlamento Europeo de marzo de 2014, (...) recomienda a los Gobiernos (...) de los 25 países miembros que incorporen los conocimientos de alimentación y la educación del gusto al sistema educativo

Saber comer es, por lo tanto, el gran objetivo universal para este siglo XXI, teniendo en cuenta que si antes las experiencias a la hora de comer se tenían en las casas y en la familia, ahora deben incorporarse al sistema educativo.

Esta creo que es la clave principal de este **“Manifiesto” de las cuatro “eses”** a través del cual podemos consignar que nuestra generación ha sido muy afortunada, por haber tenido la oportunidad de asistir a **una verdadera revolución, que no es solo gastronómica, sino que es también educativa, de estilos de vida y de salud.**

Sus pautas gozan hoy de general aceptación y estoy convencido de que, gracias a esta explosión alimentaria y culinaria, hoy todos podemos alimentarnos mejor, tenemos más oportunidades para hacerlo y ganamos en calidad y esperanza de vida. Bienvenidas sean, por lo tanto, estas cuatro “eses” tan descriptivas y tan importantes, y que abren nuevos escenarios y nuevos caminos... en busca de la felicidad.

Resolución del Parlamento Europeo

Este renovado “hecho único de la alimentación”,

esta “Nueva Gastronomía”, debe proyectarse a escala continental, como especifica la Resolución del Parlamento Europeo de marzo de 2014, que recomienda a los Gobiernos y a los Parlamentos de los 25 países miembros que incorporen los conocimientos de alimentación y la educación del gusto al sistema educativo.

España ha sido el primer país que ha impulsado esta iniciativa en su ordenamiento jurídico a través de decisiones del Congreso de los Diputados y en actuaciones del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, en la etapa del Ministro y el académico Iñigo Méndez de Vigo.

Pero más allá de la política puntual, el desarrollo de esta iniciativa y de estos proyectos debe ser responsabilidad de todos y en beneficio de todos. ■

Cuenta y Razón

Fundada por Julián Marías en 1981

Información y suscripciones
Príncipe de Vergara 33 - 1º Izda.
28001 MADRID
ESPAÑA
cuentayrazon@fundes.es
www.cuentayrazon.org - www.cuentayrazon.com