

¿Por qué comes lo que comes? El maridaje secreto entre la ingeniería en industrias alimentarias y la antropología

Si tuvieras que imaginar un lugar donde encontrar los alimentos que consumes todos los días, ¿qué lugar aparecería primero? Quizá pensaste en un supermercado: pasillos llenos de productos, frutas y verduras, refrigeradores, cajas, botellas y bolsas. Pero también podrías haber pensado en un mercado, una cocina, una tienda de barrio, un restaurante, una milpa o incluso en la mesa de tu casa. No es casual que podamos imaginar lugares tan distintos: los alimentos forman parte de circuitos de producción, transformación, distribución y consumo, pero también de nuestras rutinas, recuerdos y formas de relacionarnos.

Pensemos, por un momento, en que has elegido el supermercado. Imagina que entras a él después de un largo día de trabajo. Frente a ti hay decenas de opciones: unas papitas crujientes, un café frío listo para beber, un yogur de durazno, una bebida vegetal o quizá ese producto que promete ser “como hecho en casa”. ¿Cuál eliges? Probablemente no sacas una calculadora para comparar exactamente los gramos de carbohidratos, proteínas, grasas, sodio y fibra de cada producto. Tampoco analizas conscientemente la actividad de agua, la viscosidad ni la estabilidad microbiológica. Simplemente eliges. Sin embargo, para que esa elección fuera posible, tuvieron que encontrarse muchas cosas: conocimiento científico y tecnológico, procesos de producción y conservación, materias primas, formas de distribución y también determinados gustos, hábitos, posibilidades y expectativas sobre lo que queremos comer.

Comer no es solamente una necesidad biológica; también es cultura, memoria, identidad, costumbre, emoción y contexto social. Elegimos alimentos porque nos gustan, porque nos resultan familiares, porque nos recuerdan a alguien, porque forman parte de nuestras tradiciones o porque representan la persona que queremos ser. Al mismo tiempo, para que muchos de esos alimentos lleguen hasta nosotros, fue necesario resolver problemas de conservación, inocuidad, textura, transporte, almacenamiento y producción. Mirar juntos estos dos aspectos permite formular una pregunta que nos interesa especialmente: ¿qué pueden aprender la una de la otra, la antropología y la ingeniería en industrias alimentarias, cuando estudian un mismo alimento?

No compras comida: también compras historias

La próxima vez que elijas un alimento en el supermercado, piensa por un momento en lo que realmente estás comprando. Quizá compraste la sensación de recompensa tras un día complicado. O la comodidad de tener una comida lista en pocos minutos. Tal vez compras un sabor que te recuerde a tu infancia, una textura que

disfrutes o incluso una idea con la que quieras identificarte: salud, tradición, modernidad, sostenibilidad o bienestar. La antropología de la alimentación nos ayuda precisamente a entender estas relaciones.

Los alimentos no existen aislados de las sociedades que los producen y consumen. Nuestras preferencias se construyen a través de la historia, la cultura, la economía, las relaciones sociales y las experiencias personales. Sidney Mintz, uno de los referentes de la antropología de la alimentación, mostró cómo el significado y el consumo de los alimentos están profundamente vinculados a procesos históricos y sociales. Desde esta perspectiva, el gusto no es solo una cuestión de nuestras papilas gustativas. También aprendemos qué nos gusta. Esto abre un terreno especialmente interesante para el diálogo interdisciplinario, porque nos permite preguntarnos simultáneamente por las propiedades de un alimento y por la manera en que las personas las perciben, valoran e incorporan a su vida cotidiana.

¿Por qué en México determinados sabores picantes forman parte de nuestra identidad culinaria? ¿Por qué algunas texturas o combinaciones de sabores nos resultan irresistibles? ¿Por qué un producto cuyo empaque dice “receta tradicional” o “hecho en casa” puede resultar más atractivo que otro aparentemente idéntico? La respuesta no está solamente en la composición química del alimento. Está también en nuestra cultura.

Ingeniería de alimentos: un arquitecto de sabor, textura y conservación

A veces la palabra “procesado” tiene una connotación negativa. Parece indicar que un alimento ha dejado de ser “natural” y se ha vuelto artificial. Pero esta visión es demasiado simplista. Procesar alimentos implica, en muchos casos, recurrir a la ciencia y la tecnología para resolver problemas concretos. Desde la ingeniería en industrias alimentarias se puede trabajar para lograr que un alimento sea más seguro, tenga una vida útil mayor, conserve sus propiedades durante el almacenamiento o presente una textura y un sabor determinados. Podríamos pensar en esta persona de la ingeniería como un tipo de arquitecta o de arquitecto. Solo que, en lugar de diseñar edificios, diseña estructuras microscópicas, texturas, emulsiones, aromas, sistemas de conservación y propiedades que deben funcionar en conjunto.

¿Cómo lograr que una galleta conserve su “crunch” durante meses en un empaque? ¿Cómo lograr que un yogur mantenga vivas las bacterias probióticas durante su almacenamiento? ¿Cómo transformar proteínas vegetales en un alimento con una textura agradable? ¿Cómo desarrollar un queso crema bajo en grasa que siga siendo cremoso y, además, transporte microorganismos probióticos? Detrás de cada una de estas preguntas hay química, microbiología, física, matemáticas, transferencia de calor y de masa, diseño de procesos y mucha experimentación. Pero hay un problema. El mejor alimento del mundo, desde el punto de vista del laboratorio, no sirve de mucho si nadie quiere comerlo.

Y ahí es donde entra la otra mitad de esta historia.

La antropología: entender por qué queremos comer lo que queremos comer

La antropología no llega necesariamente al final del proceso para explicar si un producto tendrá éxito o no. Puede acompañar desde etapas tempranas el desarrollo de un alimento, aportando preguntas sobre hábitos, significados, prácticas cotidianas y contextos de consumo. Un producto puede ser nutricionalmente excelente, seguro, estable y técnicamente perfecto, pero si los consumidores lo consideran extraño, poco atractivo o incompatible con sus costumbres, probablemente terminará olvidado en un estante. La antropología plantea preguntas diferentes.

¿Por qué las personas aceptan algunos alimentos nuevos y rechazan otros? ¿Qué hace que una innovación alimentaria parezca familiar o amenazante? ¿Por qué algunas personas consumen productos “tradicionales” mientras que otras buscan alimentos que representen innovación, sostenibilidad o modernidad? Estas preguntas son fundamentales para el desarrollo de nuevos productos alimenticios.

La antropología de la alimentación estudia precisamente cómo las prácticas alimentarias se relacionan con la identidad, las relaciones sociales, la historia y la cultura. Trabajos como los de Mabel Gracia Arnaiz han mostrado las paradojas de la alimentación contemporánea: vivimos en sociedades con una enorme disponibilidad de alimentos y, al mismo tiempo, nuestras decisiones alimentarias están condicionadas por cambios en los estilos de vida, la industrialización, la urbanización y las nuevas preocupaciones sobre la salud y el bienestar. Desde esta perspectiva, conocer cómo viven y comen las personas no sustituye el conocimiento técnico de los alimentos; lo complementa y permite situarlo en contextos concretos.

Incluso nuestras ideas sobre lo que significa “comer bien” pueden tener una dimensión social. Pierre Bourdieu, desde la sociología, mostró que nuestras preferencias y formas de consumo también pueden relacionarse con la posición social, la educación, el estilo de vida y la identidad. Lo que consideramos “rico”, “saludable”, “premium”, “tradicional” o “sofisticado” no surge exclusivamente de nuestra biología.

El gusto también se aprende. Y entonces ocurre el “match”. Aquí es donde la ingeniería en industrias alimentarias y la antropología pueden constituir una combinación extraordinariamente poderosa. Imaginemos el desarrollo de un nuevo alimento a base de plantas. Desde el laboratorio, el equipo de ingeniería puede preguntarse: *¿Qué proteína vegetal podemos utilizar? ¿Cómo podemos mejorar su textura? ¿Cómo puedo reducir sabores desagradables? ¿Qué proceso necesito para obtener estabilidad y seguridad?*

Pero antes de responder esas preguntas, existe otra más importante: ¿Qué significa para el consumidor este alimento? Para algunas personas, un producto de origen vegetal puede ser una elección relacionada con la salud. Para otras, sostenibilidad. Para otras, una preocupación ética. Y, para otras, simplemente puede ser una alternativa práctica o una curiosidad. La misma tecnología puede interpretarse de maneras completamente diferentes según el contexto cultural y social. Por eso, desarrollar un alimento no consiste solo en encontrar una fórmula que funcione. Consiste en encontrar una solución tecnológica que responda a una necesidad humana.

Del laboratorio al supermercado... y del supermercado al laboratorio

Esta forma de pensar está transformando la manera en que se desarrollan los alimentos. Durante mucho tiempo, el desarrollo de productos podía seguir una lógica relativamente lineal: identificar una materia prima, formular el producto, optimizar el proceso, analizar sus propiedades y, finalmente, presentarlo al consumidor. Hoy sabemos que es necesario incorporar al consumidor mucho antes en el desarrollo. El comportamiento alimentario, la percepción sensorial, las expectativas, la cultura, la identidad y las experiencias previas pueden determinar la aceptación de una innovación. La ciencia puede indicarnos cómo elaborar un producto. Las ciencias sociales pueden ayudarnos a entender para quién, por qué y en qué contexto debería hacerse.

¿Y qué pasa con los alimentos procesados? Esta colaboración también puede ayudarnos a superar una discusión que suele plantearse de manera demasiado simplista: alimentos “naturales” frente a alimentos “procesados”. El procesamiento no es, por sí mismo, bueno ni malo. Pasteurizar la leche, fermentar un alimento, refrigerarlo, secarlo, encapsular un compuesto, modificar una textura o desarrollar un empaque que proteja el alimento son ejemplos de cómo utilizamos la tecnología para responder a necesidades concretas. La pregunta importante no debería ser únicamente: “¿Está procesado?” Deberíamos preguntar también: “¿Cómo fue procesado? ¿Para qué? ¿Qué problema resuelve? ¿Qué aporta? ¿Es seguro? ¿Es nutricionalmente adecuado? ¿Es sostenible? ¿Y responde realmente a las necesidades de quienes lo van a consumir? Estas son preguntas mucho más interesantes.

La comida es ciencia, pero también es identidad

Quizá la próxima vez que encuentres un producto nuevo en el supermercado lo mires de manera diferente. Detrás de esa pequeña caja, botella o bolsa, probablemente hay meses de investigación: formulaciones, pruebas microbiológicas, análisis sensoriales, estudios de estabilidad, pruebas de empaque, cálculos y muchas horas en el laboratorio. Pero también puede haber entrevistas con consumidores, estudios de hábitos, análisis culturales, investigación de mercado y preguntas sobre identidad y significado. Porque

desarrollar alimentos no consiste simplemente en fabricar algo que podamos comer, consiste en crear algo que las personas quieran incorporar a sus vidas.

Y ahí está el maridaje secreto entre la ingeniería y la antropología: ambas se aproximan al alimento desde preguntas y herramientas distintas, pero encuentran en él un terreno común. La ingeniería permite comprender y transformar sus propiedades, procesos y posibilidades; la antropología permite explorar las prácticas, significados y relaciones que construimos alrededor de lo que comemos. El alimento se encuentra justamente en ese cruce: es materia que puede ser transformada, pero también forma parte de relaciones sociales, recuerdos, gustos, identidades y maneras de entender el mundo.

Quizá por eso el diálogo entre ambas disciplinas resulta tan sugerente: porque permite mirar de otra manera algo que hacemos todos los días. Detrás de la pregunta aparentemente sencilla de qué queremos comer hay ciencia y tecnología, pero también cultura, historia y experiencia. Y comprender cómo se encuentran todas ellas puede abrir nuevas maneras de pensar, diseñar y relacionarnos con nuestros alimentos.

Para saber más
Referencias para profundizar

- Bourdieu, P. (1988). *La distinción: Criterios y bases sociales del gusto*. Taurus.
- Gracia Arnaiz, M. (1996). *Paradojas de la alimentación contemporánea*. Icaria Editorial.
- Johns, N., & Pine, R. (2002). Consumer behaviour in the food service industry: A review. *International Journal of Hospitality Management*, 21(2), 119-134.
- Mintz, S. W. (2003). *Sabor a comida, sabor a libertad*. CIESAS.
- Parrish, S., Begueria, A., Bevan, I., Choi, T., Kelly, T. M., Mejia López, J., Pozzi, S., Reid, M., Thornton, J. L., & Fontefrancesco, M. F. (2025). Anthropology of food: History, topics, and trajectories to understand a discipline. *Encyclopedia*, 5(1), 22. <https://doi.org/10.3390/encyclopedia5010022>

Sobre los autores

Este artículo nace del encuentro entre dos miradas complementarias: la ingeniería en industrias alimentarias y la antropología. Ricardo, Aurelio y Emma estudian los factores que determinan la calidad y la aceptación de los alimentos, mientras que Laura explora las relaciones entre territorio, poder y comunidad. Juntas, estas perspectivas permiten comprender que nuestras elecciones alimentarias no dependen solo de las características de los alimentos, sino también de nuestra cultura, nuestras experiencias y nuestro entorno. Así, la ingeniería y la antropología se encuentran para responder a una pregunta cotidiana: ¿por qué comes lo que comes?

Dra. Laura Elena Romero López

Doctora en Antropología por la Universidad Nacional Autónoma de México.

Contacto: laura.romero@udlap.mx

Dr. Ricardo H. Hernández Figueroa

Doctor en Ciencia de Alimentos por la Universidad de las Américas Puebla, México.

Contacto: ricardoh.hernandez@udlap.mx

Dr. Aurelio López Malo

Doctor en Ciencias Químicas, especialidad en Ciencias de los Alimentos por la Universidad de Buenos Aires, Argentina.

Contacto: aurelio.lopezm@udlap.mx

Dra. Emma Mani-López

Doctora en Ciencias de los Alimentos, Instituto Tecnológico de Veracruz, México.

Contacto: emma.mani@udlap.mx