

EL PER QUÈ DE LA PSICOLOGIA EN ELS ESTUDIS DE CIÈNCIA I TECNOLOGIA DELS ALIMENTS

Mònica Thomas Vall-Ilosera

Departament de Psicologia

Universitat de Girona

monica.thomas@udg.es

Resum

Amb l'especialització científica inherent a la seva pròpia naturalesa i metodologia, es fa cada vegada més palesa la necessitat del treball multidisciplinari, especialment en fenòmens tan complexos com el de l'alimentació. I aquesta col·laboració no es troba únicament en l'aplicació de les diferents disciplines, sinó fins i tot en la investigació i en la docència. En el present article es detalla l'experiència docent del Departament de Psicologia en els estudis de Ciència i Tecnologia dels Aliments de l'Escola Politècnica Superior de la Universitat de Girona.

Resumen

Con la especialización científica inherente en su propia naturaleza y metodología, se hace cada vez más necesaria la necesidad del trabajo multidisciplinar, especialmente en fenómenos tan complejos como el de la alimentación. Esta colaboración no se observa únicamente en la aplicación de las diferentes disciplinas, sino también en la investigación y en la docencia. En el presente artículo se detalla la experiencia docente del Departamento de Psicología en los estudios de Ciencia y Tecnología de los Alimentos de la Escuela Politécnica Superior de la Universidad de Girona.

Introducció

A la Universitat de Girona s'imparteixen els estudis de segon cicle de Ciència i Tecnologia dels Aliments dins del marc de l'Escola Politècnica Superior en un context infraestructural i formatiu de caire tecnològic i d'enginyeria. En aquest estudi es dona la participació d'altres centres de la UdG de l'àmbit de les Ciències Experimentals, Economia, Dret, Humanitats i Ciències de l'Educació i Psicologia.

Dins de les assignatures que cal cursar a fi d'obtenir la titulació trobem **Alimentació i Cultura**, una assignatura semestral que consta de 4'5 crèdits teòrics, que és de caràcter troncal i que s'imparteix en el segon curs de la llicenciatura. El descriptor oficial de l'assignatura és: "L'alimentació a la cultura humana. Psicologia i Sociologia del comportament alimentari. Tècniques de comunicació".

Aquest tipus d'assignatura, però, no es dona únicament en aquesta llicenciatura ja que també s'ofereix en estudis de dietètica i nutrició de diverses universitats.

L'alumnat que accedeix a aquesta titulació, es troba a les portes del món laboral però amb la intenció d'entrar-hi amb uns estudis especialitzats que no siguin únicament els oferts en l'Enginyeria Tècnica Agrícola. Les sortides professionals que es preveuen inclouen la indústria alimentària, l'administració pública i l'exercici lliure de la professió. Al sector industrial les tasques del Llicenciat en Ciència i Tecnologia dels Aliments (LCTA) se centren en el control de qualitat i de la producció, la tecnologia i enginyeria dels processos i el disseny i desenvolupament de productes alimentaris. En el context de l'Administració pública, l'empresa privada i l'exercici lliure de la professió, es poden destacar la dietètica i nutrició, la higiene i la salut i l'anàlisi bromatològica. Per aquestes raons es fa evident que els coneixements que han de tenir aquest tipus de professionals no es poden limitar exclusivament als que dota una enginyeria tècnica. Es fa necessari tenir un coneixement més ampli del que és el fenomen alimentari en tots els seus aspectes.

La procedència de l'alumnat és també diversa. En la mesura que són estudis de segon cicle ens trobem que la titulació inicial pot provenir de facultats i estudis diferents. Inicialment està pensada per ser un estudi de segon cicle en la branca alimentària dels estudiants de

primer cicle de titulacions com Enginyeria Tècnica Agrícola, Enginyeria Tècnica Industrial Química, Biologia o Química. Però també per a diplomatures com Dietètica i Nutrició. Com veurem més endavant, aquesta serà la raó per la qual l'alumnat no és del tot homogeni.

S'ha establert un pla d'estudis específic a fi d'oferir als titulats del sector alimentari una formació específica per poder cobrir les demandes que s'aniran donant en els seus llocs de treball. Aquest pla d'estudis té com a **objectius** la impartició de coneixements teòrics i pràctics en aspectes relacionats amb la producció de matèries primeres, química i bioquímica dels aliments, bromatologia, dietètica i nutrició, higiene dels aliments, salut pública, tecnologia i enginyeria alimentària, aspectes socioculturals de l'alimentació, economia i gestió de les empreses alimentàries i normalització i legislació alimentària. És en referència a l'apartat d'aspectes socioculturals de l'alimentació que l'assignatura que s'imparteix des del Departament de Psicologia pren sentit.

La demanda inicial que vam rebre des de la coordinació dels estudis va ser la de dissenyar una assignatura que presentés tant aspectes antropològics, com sociològics, psicològics i una part específica de tècniques comunicatives. Aquest darrer punt responia a la necessitat dels alumnes de poder presentar públicament un treball de recerca davant d'un tribunal o bé presentar propostes en empreses públiques i/o privades, o fer conferències en diferents centres.

Contingut del Programa

Si comparem el programa que s'imparteix a la UdG amb alguns programes docents d'altres universitats ens adonem que tots ells presenten com a objectius donar a conèixer la complexitat del fet alimentari així com la seva variabilitat cultural i polifuncionalitat. Ara bé, molts d'aquests programes es concentren en els aspectes històrics i antropològics de l'alimentació i citen els aspectes psicològics com un element important més dins els factors socioculturals, però sense un aprofundiment en el que realment pot aportar la psicologia en el camp de l'alimentació. La majoria plantegen la relació específica de la psicologia amb l'alimentació com a descripció, prevenció i terapèutica de la patologia, dels comportaments inusuals i dels Trastorns dels Comportaments Alimentaris (TCA). O bé com a efectes de la publicitat i el *merchandising* en el comportament alimentari.

La totalitat dels programes plantegen l'alimentació en el passat històric, des dels primers homínids, el pas de la caça-recolecció a l'agricultura i la ramaderia, i els principals avenços tecnològics; la condició omnívora de l'ésser humà i la seva variació en el temps i en l'espai (condicionaments geogràfics, climàtics, històrics, etc.), l'existència dels principals tabús, l'impacte del descobriment d'Amèrica respecte al continent europeu, els hàbits alimentaris i la relació dieta-salut. A partir d'aquí cada programa desplega i emfatitza uns o altres aspectes.

El programa dissenyat a Girona parteix de les consideracions que es detallen a continuació. L'alimentació, i en concret el comportament alimentari, és un fenomen tan complex que es fa difícil la seva aprehensió únicament des d'un únic punt de vista. Aquesta és la raó per la qual l'assignatura integra aspectes històrics, antropològics, sociològics, econòmics i psicològics. En funció de les grans preguntes que es generen entorn del tema alimentari (per exemple, per què es menja el que es menja o com aconseguir introduir un producte en el mercat) es privilegien uns aspectes per damunt d'altres; a la Universitat de Girona han estat els diferents franges d'edat i no centrats únicament en les kilocalories necessàries i el desgast físic sinó - i especialment - en els aspectes més actitudinals, emocionals i cognitius de l'aliment.

Els comportaments alimentaris humans són el resultat d'interaccions i aprenentatges múltiples. Són evolutius i integren dades racionals en el sentit de cognitives, intel·lectuals i fruit del raonament hipotètic-deductiu i d'altres irracionals. Com a irracionals entenem les que es basen en afectes, motivacions, raonaments analògics, experiències personals hedòniques, pensament màgic, etc. Cal no oblidar que ens és absolutament impossible separar l'aliment d'una noció de plaer i el consum de l'aliment de les nocions relatives a regles culinàries i socials. L'alimentació és en si mateixa un dels vehicles més importants de socialització de l'individu.

Què pot aportar la psicologia?

Actualment, l'alimentació humana ha esdevingut un dels temes principals de discussió dins l'àmbit científic. El consum d'aliments es troba regulat, en l'àmbit de l'ésser humà, per molts

factors a banda dels estrictament nutricionals. Com podem observar en el següent llistat, segons Baas, Wakefield i Kolasa (cfr. Contreras, 1995), són vint els usos dels aliments a la societat:

1. Satisfer la gana i nodrir el cos
2. Iniciar i mantenir relacions personals i de negocis
3. Demostrar la naturalesa i extensió de les relacions socials
4. Proporcionar un focus per a les activitats comunitàries
5. Expressar amor i afecte
6. Expressar individualitat
7. Proclamar la diferència d'un grup
8. Proclamar la pertinença a un grup
9. Fer front a l'estrès psicològic o emocional
10. Significar status social
11. Recompenses o càstigs
12. Reforçar l'autoestima i guanyar reconeixement
13. Exercir poder polític i econòmic
14. Prevenir, diagnosticar i tractar malalties físiques
15. Prevenir, diagnosticar i tractar malalties mentals
16. Simbolitzar experiències emocionals
17. Manifestar pietat o devoció
18. Representar seguretat
19. Expressar sentiments morals
20. Significar riquesa

Tanmateix aquests usos no esgoten per si mateixos l'explicació del per què es menja el que es menja. Hi manquen molts altres factors.

És acceptat per la majoria dels organismes i institucions que tenen a veure amb l'aliment humà, que un dels factors principals que determinen l'elecció i el consum d'un aliment és la seva disponibilitat. Tanmateix, no totes les persones mengen tots els aliments que tenen a l'abast. Així que la disponibilitat és una condició necessària però no suficient. Segons molts estudis, factors com ara l'edat, sexe, posició socio-econòmica (ingressos, preus dels productes), religió, factors històrics, físics (geogràfics, com les característiques del sòl, el clima, la disponibilitat d'aigua, l'estacionalitat, la disponibilitat), culturals (tradició, creences religioses, classe social, urbanització, educació nutricional, coneixements, publicitat, posició i prestigi, autoservei en els supermercats, àpats realitzats fora de casa, incorporació de la dona al món laboral), demogràfics, fisiològics (herència, al·lèrgies, dietes terapèutiques o d'aprimament, estat de salut, gana, necessitats nutricionals), psicològics, etc., tenen gran influència en la quantitat o qualitat dels aliments consumits.

Ara bé, cal no oblidar que l'home actual, en la societat occidental, està patint canvis alimentaris com a conseqüència de l'impacte de les noves tecnologies. Malgrat l'existència d'un nivell educatiu i sanitari més elevat, tendeix a menjar el que prefereix i el que li agrada. Sembla que en el moment en que la fam ha desaparegut de l'imaginari dels països desenvolupats, l'alimentació ha sofert un canvi d'orientació que fa que es centri en els aspectes més emocionals i cognitius i vagi abandonant els més instintius i biològics. Deixa ja d'estar únicament lligat a un impuls de conservació i a les senyals que emet el sistema nerviós i queda modificat per l'experiència intel·ligent i la vida social. A partir d'aquest moment, les facultats de pensament, aprenentatge, emocions, motivacions i voluntat guiaran el comportament que fa que un individu decideixi obrir o tancar la boca en un moment concret. Potser aquesta és la raó per la qual la psicologia del comportament alimentari està sorgint avui amb força en les societats occidentals.

La pregunta que es genera de manera immediata en aquest punt és: quines són les raons que motiven a la gent a acceptar un aliment? Sembla que les empreses multinacionals alimentàries voldrien tenir ràpidament la resposta a fi de dissenyar envasos o aconseguir gustos, textures, sabors i aromes que motivessin al comprador potencial. Tanmateix aquest no és el tipus de resposta que es dona al llarg de l'assignatura. De fet, hi ha autors que assenyalen l'existència d'eficaces tècniques de *merchandising* per incitar a la compra però, tanmateix, sense que això impliqui el consum del producte adquirit. En aquesta línia és interessant l'estudi de Contreras (1995) respecte les restes d'aliments en les brosses escolars.

Des de l'assignatura no es pretén donar a conèixer estratègies de *merchandising*. L'alumnat serà l'encarregat de procurar que l'aliment que arribi als mercats i a les taules estigui en les millors condicions pel comprador, no pel venedor. Aquests són temes que es treballen a l'assignatura però que es plantegen en el sentit invers. És a dir, com s'intenta incidir en una població, quins són els models i les teories implícites que es transmeten des dels mitjans de comunicació i que col·laboraran a la imatge final, a la construcció final de l'aliment per part del subjecte. Des de la psicologia de l'alimentació es consideren bàsics aspectes com els següents:

- els aspectes evolutius. Els éssers humans aprenem a menjar. La pròpia condició biològica d'omnívors ens obliga a fer-ho. Aquests aprenentatges sobre si és bo per a mi o no és bo per a mi són bàsics per entendre el comportament alimentari. I en aquests aprenentatges les emocions hi juguen un paper indiscutible.
- Dels aspectes tractats en el punt anterior esdevé imprescindible tractar la neofòbia alimentària.
- incidència de l'entorn social.
- aspectes gustatius que poden anar (o no) lligats amb la cultura: neuropsicologia gustativa, psicologia del gust.
- construcció mental de l'aliment, com l'anem construint mentalment. La importància de poder tenir conceptes per expressar allò que percebem de l'aliment. Un dels punts relacionats amb aquest aspecte serien les teories implícites a l'hora de menjar. Qui o què ens les proporcionen i per quins canals ens arriben, fins a quin punt orienten el propi comportament alimentari.
- influències dels *mass media* en l'acceptació del menjar. Percepció positiva o negativa del gust, generació de modes alimentàries o de patrons i hàbits en certes franges d'edat.
- importància o no dels coneixements dietètics dins la construcció del concepte aliment, ja que n'és un dels components possibles tot i que no l'únic (com hem pogut veure en les nostres investigació realitzades a Mallorca, els adolescents tenen els coneixements correctes però aquests no determinen els seus hàbits ni modifiquen les seves actituds).

Si recapitem tot el que hem dit fins al moment, es parteix de la idea que en totes les cultures s'adopten un conjunt de creences o actituds i que existeixen factors afectius, sensorials, conseqüències anticipades (efectes positius i negatius d'una manera de menjar), factors ideals, etc. que intervenen a l'hora d'acceptar o rebutjar un aliment. L'aculturació implica l'aprenentatge de moltes regles que ens permeten internalitzar els valors positius o negatius. Però alhora no s'ha d'oblidar que, en les preferències individuals, hi juguen factors biològics, culturals, econòmics i psicològics. I que finalment són els individus els qui opten per menjar aquell aliment en concret o no.

Tal i com indica Matty Chiva, les experiències emocionals lligades a la resposta emocional es manifesten tant amb llenguatge verbal com no verbal, i influeixen fortament en els processos de comunicació. Aquesta influència és tal que la tonalitat emocional del context de consum, igual que els aprenentatges alimentaris, juguen un rol cabdal en la construcció del que anomenem "gust de l'aliment". Així, el gust de l'aliment no és únicament el conjunt de sensacions que es produeixen ja que s'hi afegeixen les experiències emocionals viscudes en els primers contactes. D'aquesta manera, els aliments nous no seran acceptats si no s'ha produït plaer i comporten una connotació hedònica positiva. Tanmateix l'acceptació de l'aliment no acabarà aquí; caldrà que es construeixi l'aliment que acabarà esdevenint *bo per a mi*, caldrà aquesta evolució de l'aliment d'un nivell més biològic a un de cultural. I per aquesta raó caldrà tenir en compte els aspectes hedònics, emocionals, cognitius i ideals.

Aquests aspectes poc coneguts però que es troben subjacents en les pràctiques alimentàries, comporten aspectes molt útils en els àmbits de l'educació, del consell terapèutic o d'un millor coneixement de les motivacions dels comensals. I són precisament els aspectes que es procuren destacar en el programa de l'assignatura.

Arribat a aquest punt, hom es pot preguntar el per què d'una assignatura d'aquestes característiques en una llicenciatura tècnica d'aquest tipus. La psicologia pot aportar elements de previsió i d'intervenció, i no tan sols de descripció. Per entendre-ho podem exposar un fet actual. No podem deixar de tenir en compte un fenomen cada vegada més estès a les llars occidentals: l'*externalització de la cuina*. Degut als canvis socioeconòmics, als nous models familiars, als nous ritmes i exigències laborals, etc., tot el procés alimentari n'ha resultat

transformat. El comensal ja no acostuma a produir allò que es menjarà. Per qüestió de temps, d'urbanització masia i molts altres elements, es dificulta aquesta part inicial d'obtenció de la matèria prima. Però també dels processos secundaris. Així, l'obtenció, selecció, tractament i molt sovint el procés de cocció està realitzat per altres. D'aquesta manera, el primer moment en què la persona entra en contacte amb allò que es menjarà és en la compra o en el mateix restaurant o servei de càtering. Aquest fet comporta un elevat desconeixement dels processos duts a terme per experts, a qui es delega el control de les diferents fases del procés que s'estén des del camp, l'hort o la granja al plat, o des del laboratori a la fàbrica i al supermercat. Donat que el comensal sovint desconeix quin és l'origen i la història de l'aliment que es menja, que desconeix la multiplicitat de processos i de persones que hi intervenen, esdevé completament necessari generar confiança sobre l'aliment. Perquè mai en tota la història de la humanitat hi havia hagut tants llibres, cursets o programes televisius sobre cuina com ara. I mai s'havia cuinat tan poc. Tanmateix, naturalment, les persones continuen menjant. Ara bé, mengem el que sovint han preparat els tècnics en formació. I si tenim en compte el que indica Lévi-Strauss (1962), que l'aliment està impregnat en la seva totalitat de signes i perills, potser hem estat massa agosarats quan hem cregut que la confiança en l'aliment es generaria de manera espontània. Cal treballar aquest aspecte que defuig completament d'un tractament merament tecnològic i fins i tot mèdic o nutricionista.

I hom es qüestiona, si mai com ara hi havia hagut tant control sobre els processos alimentaris, per què les crisis alimentàries?, per què la disminució en les vendes?, per què les alertes mediàtiques? I és que finalment qui acaba decidint què menja és l'individu. Citant novament Claude Lévi-Strauss: en el tractament pluridisciplinar que acompanya sovint les investigacions científiques de finals del segle XX i el segle XXI, ens hem trobat que, per explicar els fenòmens que estan determinats en la seva totalitat, sempre hi ha quelcom que se'ns escapa, que no arribem a copsar. Malgrat sabem que hi és, ens trobem com un *esprit absent* que no arribem a atrapar i que no ens permet l'aprehensió del fenomen. Potser trobaríem l'explicació en aquest oblit de l'aportació de la psicologia en la descripció d'un fenomen tan complex com l'alimentació humana. Cada persona construeix el seu propi univers alimentari, amb centenars d'influències i condicionaments, però la seva decisió és la última barrera. I, si el que pretenem és entendre i millorar el comportament alimentari humà, és en aquest nivell on cal continuar estudiant.

Fins al moment hem mostrat els continguts i les raons per a la necessitat de l'aportació de la psicologia en estudis tècnics. Detallarem ara quins són els mètodes d'avaluació que estem utilitzant i com ha estat la valoració de l'alumnat.

Mètode d'avaluació

Cal tenir en compte que, com s'ha indicat anteriorment, l'alumnat no és totalment homogeni. No tots provenen dels mateixos estudis i, malgrat tenen unes bases similars que els proporcionen els crèdits troncal de la llicenciatura en curs, no tots tenen el mateix tipus de coneixements. Aquesta diversitat va motivar la reflexió de possibilitar una avaluació on es poguessin veure reflectides les capacitats pròpies que els haurien proporcionat els estudis prèviament realitzats i on els fos possible integrar tot el bagatge acumulat. Aquesta és la raó per la qual l'avaluació de l'assignatura es realitza de dues maneres. O bé un examen final dels continguts que s'han donat a les classes presencials i amb els articles que s'han anat facilitant o bé un treball tutoritzat. En l'opció del treball, el tema és escollit per l'alumne i pactat amb el professor i és necessari que tingui relació amb l'assignatura i que aporti la contrastació dels continguts de classe amb la informació que es vagi trobant o amb la recerca que s'estigui duent a terme.

Majoritàriament l'opció del treball ha estat la més acceptada. Ara bé, la tutorització del mateix és d'una importància capital. D'una banda perquè hi ha un grup d'alumnat que no pot assistir a classe per qüestions laborals. Ara bé, i especialment en aquest cas, cal anar orientant l'alumnat perquè no es converteixi en un mer tràmit sense sentit. L'alumne haurà de plantejar una sèrie de preguntes sobre el tema escollit i les haurà de respondre. Seran preguntes i reflexions del tipus que es van plantejant a les classes presencials. Per què sorgeix aquest comportament, què hi ha al darrere o en el propi comportament alimentari que presenti aquestes formes o aquestes concrecions, etc. D'aquesta manera es procura no abandonar la part essencial de l'assignatura. Per altra banda, cal tenir present que la majoria dels alumnes no han realitzat mai un treball d'aquesta mena. Per a ells és un nou repte i un nou aprenentatge.

Si fem una revisió dels principals temes que s'han plantejat en els treballs trobaríem:

- aliments concrets: la seva història, origen i evolució. L'adhesió en un grup humà concret, com ha entrat a formar part de la identitat d'una cultura, quines propietats se li han atribuït, etc. Els ha resultat d'interès conèixer com es va construir l'aliment. Especialment per poder entendre i/o fer front a les noves necessitats que puguin anar sorgint.
- dietes: des de les vegetarianes a les dietes anomenades miraculoses. Quines raons trobem a fi de poder donar resposta a que un animal omnívor com l'ésser humà prengui l'opció de restricció de la ingesta a un sol tipus d'aliments, (que no, naturalment, de nutrients). Quin pes hi tenen els mitjans de comunicació, des de l'impacte de les grans crisis actuals (vaques boges, cereals transgènics, grip del pollastre, salmó, etc.), a la imatge d'ideal estètic i com afecta això al consumidor.
- Impacte de les religions en l'alimentació: prohibicions alimentàries, pràctiques i rituals. Es valora habitualment que les decisions, finalment, no són arbitràries sinó que responen o van respondre en els seus orígens a raons plenament racionals i han esdevingut dotadores d'identitat personal i de grup.
- Al·lèrgies i altres patologies alimentàries com els Trastorns de la Conducta Alimentària (TCA). En aquest cas es procura evitar els treballs estrictament mèdics. En el cas de les al·lèrgies, els treballs s'han centrat en quina mena d'educació cal fomentar a les institucions, concretament escoles, a fi que la persona accepti les seves limitacions i possibiliti així la seva integració al grup i a una vida normalitzada. També s'ha fet recerca sobre quines associacions treballen sobre el tema, quines recomanacions es donen als pares o als tutors, als educadors, a la pròpia persona, etc. S'han treballat molts aspectes com la reducció de l'ansietat dels pares i dels propis subjectes que les pateixen.

També s'ha tractat l'etiologia i evolució del TCA, quins són els tractaments adients, quins han estat els grans errors en prevenció, i quins són els resultats de les darreres investigacions. En aquest cas en concret, són treballs més centrats en una patologia i en la seva comprensió. En el cas de les al·lèrgies, ha resultat de més interès l'educació i la intervenció que es pot fer una vegada hi ha una impossibilitat biològica d'absorció de determinats *aliments*.

- Com realitzar educació nutricional: com dissenyar un bon discurs per pares i educadors a fi que la informació donada pugui donar resultats positius, etc. Aquest tipus de treball en concret ha estat molt sol·licitat. Cal tenir en compte que una part de l'alumnat està diplomada en dietètica i nutrició. Pel què fa a aquest grup en concret es dona que l'alumne ja posseeix coneixements concrets sobre recomanacions dietètiques per edats i necessitats però que desconeix les estratègies comunicatives, els processos emocionals i motivacionals que es donen en el moment d'alimentar un fill. L'alumne desconeix també tots els aspectes més evolutius, cognitius i actitudinals que aporta la psicologia. També ha estat valorat molt positivament el fet de poder realitzar un treball d'aquest tipus que alhora els ha servit per atendre a les autèntiques demandes de les seves feines. L'alumne s'adona que transmetre únicament informació no modifica hàbits ni actituds. Atendre no només a la nutrició sinó a l'alimentació en el seu ampli espectre els acaba aportant uns millors resultats.

Resposta de l'alumnat a l'assignatura

L'alumnat s'ha mostrat molt receptiu i la participació i assistència a classe han estat considerables. Majoritàriament es valora l'assignatura com un element diferent a la resta de crèdits que realitzen. Alguns dels adjectius o expressions utilitzades en el moment de valorar-la són: "interessant", "no ens havíem plantejat mai l'alimentació d'aquesta manera", "són aspectes bàsics que encara no havíem vist", etc. En qualsevol cas creuen que la presència d'aquests continguts és del tot necessària a la seva carrera i que els enriqueix i complementa la seva formació tecnològica.

S'estableixen i afavoreixen certs debats entre l'alumnat i el professorat i entre el mateix alumnat. Aquesta via de comunicació és molt interessant en dos sentits. D'una banda és un feedback que permet avaluar fins a quin punt els aspectes bàsics de l'assignatura han estat compresos. D'altra banda és una manera de promocionar una maduració dels coneixements adquirits.

Sovint els alumnes realitzen també aportacions personals de les seves experiències. En aquests anys els àmbits més presents han estat els següents:

- Escorxadors: la informació aportada els ha resultat molt interessant des de diferents vessants. Per exemple, l'estudi dels costums i rituals religiosos d'altres cultures com la musulmana o la jueva. Quan s'arriba a entendre que les pràctiques i els rituals religiosos no són fruit del caprici o de la ignorància sinó que responen a una lògica racional fruit de l'experiència privada i col·lectiva al llarg de la història del grup humà en qüestió, es dona molt sovint el pas d'unes actituds sovint estigmatitzadores cap a d'altres de més comprensives. A partir d'aquí, es possibilita una revisió de la pròpia manera de funcionar dels escorxadors locals i fins i tot futures propostes de millora.
- Menjadors escolars: com aconseguir que els nens mengin el que se'ls proporciona, especialment grups d'aliments molt concrets com la fruita i la verdura. Ha resultat de gran ajut conèixer l'existència de la neofòbia i els diferents estils patèrns d'educació nutricional.
- L'alimentació infantil és una de les parts del programa més ben rebudes per l'alumnat i on es mostra més interès. Durant aquests anys, ha estat la part sobre la qual han fet més preguntes, intervencions i on han demanat més material de suport. Des de molts àmbits els està arribant la gravetat de la situació dels hàbits alimentaris dels nostres infants i adolescents. Poder entendre com es formen els gustos alimentaris és quelcom que l'alumnat valora positivament.
Més en concret, han valorat el coneixement del *reflex gustofacial* que ens detalla les preferències innates pel dolç respecte els altres gustos i que assenyala un valor adaptatiu i confirma els determinants biològics dels gustos alimentaris. També la *neofòbia infantil* que ha permès entendre que determinats comportaments que es jutjaven estranys o patològics són de fet l'evolució normal de la nostra alimentació.
A més, també ha tingut un èxit d'acceptació i interès notable el *condicionament* present en l'acte alimentari; la capacitat natural humana de fer ús del que els efectes post-ingesta ensenyen i que permeten anticipar una ingesta futura. Els importants efectes de la *familiarització* amb l'aliment i l'anomenada *saviesa del cos* on segons Ton Nu (1996) infants i adolescents es mostren com a millors reguladors que els adults ja que adapten millor les seves necessitats energètiques.
Els debats establerts a partir de les farinetes i *potitos* infantils han mostrat un possible efecte negatiu de la prioritització d'aspectes econòmics que sovint es troba en el disseny de l'alimentació però que, finalment, no van en la línia d'un aprenentatge correcte del comportament alimentari. Ha resultat una experiència molt positiva que des de la pròpia mentalitat tecnològica es faci notar la necessitat de tenir en compte tots els aspectes anteriorment mencionats. Especialment perquè no s'associï la seva feina de control de qualitat i de disseny simplement a una oferta empresarial. Que la seva aportació impliqui una reflexió pròpia com a científics formats i no esdevingui simplement una aplicació tècnica i instrumental en mans dels criteris mercantils.
- Hospitals o malalties concretes, especialment el rebuig que pot haver-hi en casos de quimioteràpia per condicionament aversiu a l'aliment. També l'intent de comprensió dels TCA.
- Dietes i el seu seguiment: des de dietes per prescripció mèdica a dietes d'opció i adhesió personal com el de dietes vegetarianes.

Si hem de ser realistes, intentar donar tots aquests aspectes en un semestre i amb les possibilitats que ofereixen 4'5 crèdits és molt difícil. La major part dels temes es poden encetar, però no es poden treballar a fons. Per això, l'opció d'avaluació mitjançant treballs pot ser molt positiva ja que és la manera d'aprofundir i consolidar la matèria. I finalment, el fet que la tutorització sigui obligatòria permet fer un seguiment personalitzat de l'alumne i establir un sistema d'avaluació continuada. El propi alumne observa la seva evolució i és l'autèntic protagonista del seu aprenentatge.

Conclusió

Per acabar ens agradaria aportar el comentari d'una alumna que creiem que ens permetrà entendre el per què d'aquest article. El tipus d'estudis que ja havia cursat l'alumna en qüestió incloïa la mateixa assignatura amb una distinta distribució de crèdits. Per aquesta raó, no havia realitzat la convalidació i per això havia de cursar la mateixa assignatura. Una vegada el curs ja estava avançat, ens va explicar que, malgrat repetia teòricament l'assignatura, els continguts no tenien res a veure amb els que havia vist anteriorment perquè tots els aspectes més psicològics li eren completament nous. En canvi els valorava no tan sols com a interessants sinó completament necessaris i complementaris per a la seva formació.

Referències bibliogràfiques

Chiva, M. Emotion et pratiques alimentaires. Accessible a: http://www.lemangeur-ocha.com/Images/PDF/01_emotion_et_pratiques_alimentaires.pdf (Consulta 5 abril de 2005).

Contreras, J. (1995). *Alimentación y Cultura. Necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Ediciones de la Universidad de Barcelona.

Levi-Strauss, C. (1962). *Le totemisme aujourd'hui*, Paris: PUF.

Ton Nu, C. (1996). Comment se forment les goûts alimentaires? *Psychologie Française*, 41, 261-271.